

BIENESTAR

MAGAZINE

LA REVISTA DE IMED HOSPITALES PARA LA GENTE QUE QUIERE ESTAR BIEN

* **Lego**
la casa de la imaginación
the house of imagination

* **IMED VALENCIA**
cumple un año
makes its first year of activity



www.bienestarmagazine.com

#IMED #INTERIORDSIGN #FOODIE #WANDERLUST #INTERVIEW #MEDICALINTERVIEW #HEALTHYLIFE

AVENIDA DE LA ILUSTRACION, 111
46100 BURJASSOT



Saber y ganar

CHEQUEOS GENERALES IMED HOSPITALES

Si sabes cómo estás, siempre ganas. Hacerse un chequeo es fundamental para prevenir o detectar problemas que pueden afectar a tu salud. Entra en nuestra web y consulta el chequeo que más se ajusta a tu estilo de vida y circunstancias. Tienes un gran equipo médico con la última tecnología a tu servicio.

chequeos.imedhospitales.com



Hospital IMED Levante
C/ Ramón y Cajal, 7.
03503 BENIDORM
Tel.: 966 87 87 87

Hospital IMED Elche
C/ Max Planck, 3. Elche Parque
Empresarial. 03203 ELCHE
Tel.: 966 91 51 51

Hospital IMED Valencia
Avda. de la Ilustración, 1.
46100 Burjassot, VALENCIA
Tel.: 963 00 30 00



La casa de la imaginación | 02
The house of imagination

IMED Valencia, un año con más de 70.000 historias clínicas | 08
IMED Valencia more than 70.000 clinical histories on its anniversary

La primera impresión | 14
The first impression

Los principales expertos en cirugía robótica da Vinci | 16
Top experts in da Vinci robotic surgery

Disfrutando de las "habitaciones burbuja" | 22
Enjoying the bubble bedrooms

Dra. Gabriela Arana | 28
Coordinadora del área de Medicina Estética

Dr. Borja Merino Diaz | 32
Angiología y cirugía vascular

Lagarto Amarillo se reinventa | 34
Lagarto Amarillo reinvents itself

37 | IMED adquiere dos nuevos centros en Gandía y Alcoy
IMED Hospitals acquires two new centers in Gandía and Alcoy

42 | Pautas alimentarias para los más pequeños
Feeding guidelines for children

46 | Ictus, cada segundo cuenta
Ictus, every second counts

48 | Consejos que mejoran tu fertilidad
Tips to improve your fertility

50 | El dolor orofacial. Diagnóstico y tratamiento
Orofacial pain. Diagnosis and treatment

52 | Cardiología deportiva de IMED Levante: 'Best in class'
The sports cardiology service of IMED Levante; "Best in class"

55 | Salmón al horno con verduras
One-Pan roasted salmon and vegetables

56 | Crema de calabaza
Pumpkin cream

Revista realizada y elaborada en su totalidad por **dprint**

Avda. País Valencià 1 | 03580 Alfaz del Pi (Alicante) | Tel. 965 509 008 | atencionalcliente@dprint.es | www.dprint.es
Editores: dprint Servicios Gráficos Integrales | Depósito Legal: A 284-2018

LA CASA DE LA IMAGINACIÓN



THE HOUSE OF IMAGINATION



La Casa LEGO ha abierto sus puertas en Billund (Dinamarca) donde fueron inventados los bloques de plástico interconectables de colores, que permiten construir infinidad de objetos y diseños, y cuyo nombre deriva de las palabras danesas "jugar bien".

El estudio danés BIG ha proyectado La también denominada 'hogar del ladrillo' de 12.000 metros cuadrados y 23 metros de altura, donde los visitantes pueden "construir" sus sueños.

En la "zona de experiencias" hay cuatro áreas lúdicas que se diferencian mediante colores, que simbolizan aspectos del juego y el aprendizaje: el rojo representa las habilidades creativas, el azul las cognitivas, el verde las sociales y el amarillo las emocionales.



The Lego House has opened its door in Billund (Denmark). This is the place where the interconnectable coloured plastic blocks were invented. These blocks allow the construction of several designs and objects. They were named after the Danish words: play well.

The Danish Studio BIG has launched the so called: Home of the Brick as well. This is a 12 000-square-meter and 23 meters-high place where visitors can build the house of their dreams.

There are 4 playing areas at the experiences zone. These areas are differentiated by their colours and each of these colours represents aspects of the playing and learning processes. The red colour represents the creative skills, blue the cognitive ones, and yellow the emotions.



En esta casa de Dinamarca todos se divierten. Los 21 bloques superpuestos y solapados que conforman su estructura le dan el aspecto de una construcción de juguete a escala gigantesca, y los 25 millones de ladrillos de plástico que hay en su interior abren las puertas a un multicolor universo lúdico y creativo.

Everybody has fun in this Danish house. The 21 interposed and overlapped blocks that make its structure give it a giant-scale-children's toy appearance. The 25 million plastic blocks open the doors to a playful and creative world of colours.



Ahora, los más pequeños y los mayores que quieran dejar libre a su niño interior, están invitados a una casa de 12.000 m² "solo para jugar", donde disponen de 25 millones de piezas plásticas de colores para "construir" los sueños de su imaginación y descubrir las creaciones de otros soñadores.

Now, both children and adults (those who still keep a part of their child feeling inside them) are invited to this 12 000m² house just to play. To do so, they have more than 25 million coloured plastic blocks to build their dreams and discover the creations of other dreamers.



Tras cuatro años de construcción, la Casa LEGO ha abierto sus puertas en Billund (Dinamarca), el mismo lugar donde fueron inventados los famosos bloques de plástico interconectables de colores, que permiten construir infinidad de objetos y diseños, y cuyo nombre deriva de las palabras danesas "jugar bien".

Y en este sitio se "juega bien", empezando por su edificio, en el que el estudio danés Bjarke Ingels Group (BIG) ha jugado con las formas, la creatividad y los colores para proyectar esta casa que funciona como un enorme patio de recreo, de múltiples niveles, con tejados, terrazas, patios y salones repletos de piezas y construcciones multicolores.

"La arquitectura y los ladrillos de juguete tienen cosas en común: permiten imaginar y crear nuevos mundos más emocionantes y expresivos que los habituales, proporcionar habilidades para hacerlos realidad, y aportar herramientas para habitarlos a través del juego", según el arquitecto Bjarke Ingels, socio fundador de BIG.

"Esto es lo que los niños hacen todos los días con los ladrillos de juguete, y esto es lo que ha hecho nuestro estudio con ladrillos reales, en este edificio que hace que Billund esté un paso más cerca de convertirse en la 'capital de los niños'", añade.

BIG asumió el reto de llevar los ladrillos de juguete a una escala arquitectónica, formando vastos espacios de exposición y plazas públicas que encarnaran la cultura y los valores implicados en todas las experiencias que se viven con los juguetes de la firma que los contrató, fundada en 1932 por Ole Kirk Kristiansen.



After 4 years of construction, the Lego House opens its doors in Billund (Denmark). This is the same place where the interconnectable plastic blocks were created to build an incredible amount of objects and designs. They were named after the Danish words: play well.

This is the perfect place to play well. The experience starts in its main building where the Danish studio Bjarke Ingels Group (BIG) has played with forms, creativity, and colours to project this house that looks like a huge playground. There are several floors, terraces, courtyards, and rooms full of pieces and multi-colour constructions.

The architecture and the toy bricks have some things in common: they allow us to dream and create new and more exciting and expressive worlds than the ones there are now. We have also provided people with the skills to make these worlds possible and allow them to furnish these spaces while feeling like being part of a game, says Bjarke Ingels, architect and BIG founding partner.

"This is what children make with toy bricks every day and what we have done in our studio with actual bricks. This studio has made Billund to be a step closer to being the children's capital city of the world", adds Bjarke Ingels.

BIG assumed the challenge to make the toy bricks available in an architectural scale. They did so while creating great spaces for expositions and public squares that could be a mean to convey the culture and values of the company created in 1932 by Ole Kirk Kristiansen.

EXPERIENCIAS DE COLORES COLOUR EXPERIENCES

Las primeras y segundas plantas incluyen cuatro zonas de juego programadas con actividades e identificadas mediante colores, que simbolizan distintos aspectos de los juegos y el aprendizaje del niño: el rojo representa las habilidades creativas, el azul las cognitivas, el verde las sociales y el amarillo las emocionales.

Cada zona de color tiene una serie de actividades que animan a los visitantes a jugar, y los huéspedes de todas las edades pueden disfrutar allí de una experiencia inmersiva e interactiva, expresar su imaginación, y conocer a otros constructores de todo el mundo, de acuerdo a BIG.

La parte superior del edificio está coronada por un bloque que emula un gigantesco ladrillo de juguete y aloja la galería de obras maestras: una colección de las creaciones preferidas por los 'fans' de este sistema constructivo, hechas con los icónicos ladrillos plásticos y exhibidas bajo ocho claraboyas circulares que se asemejan a los botones del ladrillo. Encima de la galería de obras maestras, hay una terraza desde la que se consigue una visión panorámica en 360 grados de la ciudad.

"Tanto la "zona de experiencias", que es el corazón de la casa e incluye las dos áreas de exposición y las cuatro áreas de juego, como las áreas exteriores o el restaurante, están basado en el concepto del juego y la creatividad, por lo que todo está relacionado con el juego", explica Jesper Vilstrup, director ejecutivo (CEO) del edificio de Billund.



The first and second floors include four different game zones programmed with activities. They are identified by their colours. They symbolize the several aspects of the games and the children's learning process. Red represents the creative skills, blue the cognitive ones, green the social ones and yellow the emotional.

According to BIG, each colour zone offers some activities to encourage the visitors to play, and all the guests (no matter the age) to enjoy an immersive and interactive experience to express their imagination and meet people from different parts of the world.

The upper part of the building is crowned by a block that reminds people of a giant toy brick. There is the gallery of the masterpieces which is a collection of the fans' favorite creations. These creations were all made with the iconic plastic bricks and are presented to the visitors under 8 skylights that look like the bricks 'buttons'.

Above this gallery, there is a terrace with 360-panoramic views to the city. Both the experiences zone which is the heart of the house with 2 areas for expositions and 4 to play, and the outside ones including the restaurant, are based on the concept of game and creativity. Everything is related to the game, explains Jesper Vilstrup, CEO.

IMED VALENCIA CUMPLE UN AÑO

A newborn baby is lying inside a transparent medical incubator. The baby is wearing a white diaper and has a white bandage on their right wrist. Several medical tubes and sensors are connected to the baby. In the background, a medical monitor displays various waveforms and data. The scene is brightly lit, with a window showing greenery outside.

**IMED VALENCIA
MAKES ITS FIRST YEAR
OF ACTIVITY**



IMED VALENCIA CUMPLE UN AÑO CON MÁS DE 70.000 HISTORIAS CLÍNICAS ABIERTAS

IMED VALENCIA CREATES MORE THAN 70.000 CLINICAL HISTORIES ON ITS ANNIVERSARY

El Hospital privado IMED Valencia ha cumplido su primer año de actividad. Perteneciente al grupo IMED Hospitales, inició su actividad asistencial en Valencia a finales del mes de febrero del pasado año y desde entonces ha abierto más de 70.000 historias clínicas. En palabras de su Gerente, Pedro Tomás, *"estamos tremendamente satisfechos con el esfuerzo de todo el equipo y los resultados que hemos obtenido en este primer año, pero sentimos a la vez una gran responsabilidad por seguir manteniendo unos estándares de calidad elevados"*.

"El Hospital IMED Valencia ha sido concebido como un hospital general, en el que tienen cabida todos los servicios y especialidades que el paciente puede necesitar en un mismo espacio". No obstante, hay áreas concretas por las que el hospital ha logrado en apenas un año un importante prestigio como son los servicios de pediatría, traumatología, cardiología, el área de obstetricia o la destacada incorporación de la cirugía robótica en la Comunidad Valenciana. *"Somos un hospital general, que no se olvida de prestar una atención superespecializada y personalizada, tal y como demandan nuestros pacientes"*, apunta el propio gerente del centro.

La plantilla del hospital también ha ido creciendo. De una plantilla propia de casi 300 personas en el momento del arranque, se ha pasado a más de 360 trabajadores, de los cuáles unos 90 pertenecen al colectivo médico. Además de los médicos propios, el modelo abierto del hospital permite actualmente que haya 50 doctores externos que colaboran y hacen uso de instalaciones y medios tecnológicos.

Con todo, durante este primer año se han atendido más de 170.000 consultas externas y se han realizado más de 7.000 intervenciones quirúrgicas entre todas las especialidades del centro.



The private Hospital IMED Valencia makes its first year of activity. It belongs to the group IMED Hospitals, that began its assistance activity in Valencia in the end of February last year and since then it has more than 70.000 new clinical histories. Its Managing director, Pedro Tomás, said *"we are very satisfied with the effort of all the team and the results that we had in this first year, but we have a big responsibility to keep high quality standards"*.

"The Hospital IMED Valencia it's been designed as a general hospital, in which we have all services and specialties that the patient need on the same space". Nevertheless, there are some areas of the hospital that in just one year provided important prestige as it is pediatrics service, orthopedics, cardiology, obstetrics or the outstanding incorporation of robotic surgery in the Valencian Community. *"We are a general hospital, that doesn't forget to provide specialised and personalized health, as our patients ask for"* highlights the managing director of the center.

The staff also grew as the activity progressive increase. On the first moment the staff was around 300 people, now we have more than 360 workers, from those 90 are of the medical area. We want to highlight also that, thanks to the open model of the hospital, apart from the doctors working in, now there are a 50 of external doctors that collaborate with the hospital and they use the facilities and technological means.

During this first year there were more than 170.000 outpatients' consultations and more than 7.000 surgical interventions had been performed among all specialties of the center.



Un **hospital general** con todos los servicios y especialidades que el paciente puede necesitar en un mismo espacio.

Urgencias

El servicio de urgencias es uno de los pilares fundamentales de IMED Valencia. Con acceso independiente las 24 horas, ha sido capaz de atender más de 61.000 urgencias en este primer año de actividad, de las cuales aproximadamente el 40% han sido urgencias pediátricas.

Entre las dotaciones del servicio, cabe destacar la especial atención a las urgencias infantiles, que cuentan con un espacio independiente, tanto de espera como de atención de las urgencias generales, y son atendidas las 24 horas del día, los 7 días de la semana, por un equipo de pediatras especializado.

Según Pedro Tomás, Director Gerente del Hospital IMED Valencia, *"nuestro servicio de urgencias se ha consolidado gracias a dos factores fundamentalmente. Por un lado, por la asistencia que presta nuestro equipo médico de urgencias que trabaja en estrecha relación con el resto de servicios y especialidades; por otro lado, por la agilidad en la resolución de los casos. Nuestro servicio cuenta con un tiempo medio de espera desde que el paciente entra por la puerta de urgencias hasta que es atendido inferior a 20 minutos"*.

Entre los servicios ofrecidos a sus pacientes, destaca también el acceso on-line a la historia clínica mediante el sistema propio desarrollado por IMED, que permite acceder en tiempo real a toda la información clínica previa relevante, evitando así la repetición de pruebas innecesarias y una mayor celeridad en el diagnóstico clínico.

Emergencies

The emergency service is one of the main backbones of IMED Valencia. With its own access 24 hours, had more than 61.000 cases in emergency this first year of activity, from those approximately 40% were pediatric emergencies.

Among the facilities of the service, we want to stand out the assistance of pediatric emergencies, that have a separated space different from the general emergencies, and the specialised pediatrician is 24 hours 7 days of the week.

According to Pedro Tomás, Managing director of IMED Valencia Hospital, *"our emergency service is established thanks to two different main factors. On one hand, because of the assistance that our emergency medical team offer that work with other services and specialties; and on the second hand, because of the fast solution of the cases. Our service has less than 20 minutes waiting time since the patient come into emergencies till he is called out"*.

Among the services that we offer, we highlight also the online access to the clinical history through the own IMED system, that allows to access in real time to all previous medical information, so the patient doesn't have to repeat tests and allows a faster diagnosis.



Compañías aseguradoras

Con estas cifras, el Hospital IMED Valencia ubicado en Burjassot se ha convertido en un año en un centro de referencia de la medicina privada en Valencia. Los acuerdos alcanzados entre IMED y las principales compañías aseguradoras han hecho posible el acceso a los servicios del centro a prácticamente cualquier persona con un seguro de salud. *"Queremos seguir elevando el nivel de la sanidad privada en Valencia. Era uno de nuestros objetivos hace un año y hoy lo sigue siendo. Gracias al esfuerzo realizado por todo el equipo hemos conseguido alcanzar en un año las metas que nos habíamos planteado, pero todavía queda mucho camino por delante. Nuestra voluntad es seguir creciendo, pero manteniendo en todo momento el máximo nivel de calidad en el servicio que prestamos a nuestros pacientes".*

Hospitalización

IMED Valencia cuenta con 185 habitaciones individuales -de las cuales 22 de ellas son suites-, dotadas con sofá cama para el acompañante, baño completo con acceso a ducha sin barreras, televisión, pantalla multimedia con brazo articulado junto a la cama con acceso a internet y redes sociales, videollamadas, televisión y cine a la carta, por enumerar algunas de sus muchas funciones. Con esta dotación tecnológica y confort de primer nivel, el Hospital IMED Valencia ha atendido más de 8.000 ingresos hospitalarios durante su primer año de actividad, con una estancia media de 2,5 días por paciente ingresado.

Insurance companies

With these figures, IMED Valencia Hospital settled in Burjassot became in one year a reference center of private medicine in Valencia. Agreements reached between IMED and the main insurance companies made possible the access to the center services for almost everyone that have a medical insurance. *"We want to continue rising the private health level in Valencia. It was one of our objectives a year ago and nowadays it continues to be. Thanks to the effort made by all the team we reached in a year the goals that we wanted, but even today we have a long way to go. Our objective is to continue growing, but also to keep always the highest quality level on the service that we provide to our patients".*

Hospitalization

IMED Valencia has 185 individual rooms - which 22 of them are suites -, that have sofa bed for partners, full bathroom with shower access without barriers, TV, multimedia screen with articulated arm next to the bed with internet access and social networks, video calls, TV and cinema, just to point out some of the multiple functions. With this technology and a first level comfort, IMED Valencia Hospital had more than 8.000 inpatients during its first activity year, with 2,5 days rate for each inpatient.

45 years exploring the world with you
45 años haciendo camino juntos



centauro.net • Spain, Italy & Portugal

Cuando abrimos la puerta, lo que los invitados ven dice mucho de nosotros y de nuestro hogar, aunque no siempre **la primera impresión** es la importante.

*When we open the door, all what our guests see tells them a lot about us and about our homes. However, **the first impression** should not be so important.*

El recibidor empieza a decir todo de nosotros mismos, sea cuales sean sus metros de espacio.

Lo ideal es elegir colores neutros para este espacio que tiende a ser minimalista, pero al que también se le puede otorgar un toque de sofisticación con detalles dorados.

Una consola estrecha donde puedan reposar las llaves es siempre una buena opción. El gusto por los detalles más o menos recargados serán los que determinen su uso. Altas, de madera, con repisa revestida en mármol suele invitar a detalles de porcelana o a una lámpara de mesa con un pie dorado, e incluso tiene cabida un candelabro como opción.

The entrance hall is that part that, no matter the size, says everything about us.

The ideal thing is to choose neutral colours for this minimalistic space. However, you can also give a sophisticated touch using golden colours.

A small shelf where you can leave the keys is always a great option. The taste for less or more charged details is what will define its usage. A high-wooden shelf made of marble is perfect for porcelain, a table lamp with a golden base or a candelabrum.



PRACTICAL MOMENT

Minimalistic and straight-line pieces with drawers for books and portraits are also a practical choice for the entrance hall.

The rustic elements are not only present in the decoration of rural houses. They can perfectly match with your house style if they are not too mottled and located in places where light is not too subtle.

The shelves should be like the ones we have in our bedrooms with wide and practical drawers to storage our stuff.

A natural plant is always a great choice to provide a space with life. It also adds a plus to the decoration when placed in one of the sides of the shelf. It does not need to be placed in the centre.

LA PRIMERA IMPRESIÓN

Cuando el espacio es realmente mínimo, una sencilla banqueta sobre la que reposar un jarrón es suficiente.

Un perchero suele ser un elemento común en una entrada. Un complemento práctico para dejar, según llegamos, el abrigo y el bolso y, si es oportuno, hasta gorros y sombreros.

Piezas minimalistas, de líneas rectas, que incorporen en su parte inferior cajoneras abiertas donde colocar libros o retratos, es una posibilidad muy práctica en nuestro recibidor.



MOMENTO PRÁCTICO

Piezas minimalistas, de líneas rectas que incorporen en su parte inferior cajoneras abiertas donde colocar libros o retratos son también una posibilidad muy práctica para nuestro recibidor.

Los elementos rústicos no son exclusivos de las casas de campo y pueden ir muy bien, si no resultan abigarrados y la luz no es tenue, lo que provocaría un efecto que reduce el espacio. En este caso las consolas suelen ser más estilo cómodas de dormitorio, con cajones amplios muy prácticos para el almacenaje.

En ambos casos, una planta, siempre naturales, es una opción que da vida al entorno y aportan un plus en la decoración, siempre que estén bien colocadas en un extremo de la consola, sin necesidad de presidir el centro.

CUADROS EN EL SUELO O LA PARED PAINTINGS ON THE FLOOR OR THE WALLS

THE FIRST IMPRESSION

When the space is reduced, a simple bench or table to place a vase and small decorative balls is enough.

A rack is always a common thing in any entrance hall. It is, actually, really practical when we arrive home and want to get rid of our coats, purses, caps and hats.

For our entrance hall is always a nice and practical idea to have minimalistic and straight-lines furniture with drawers. This way we would always have space for books and portraits.

Un cuadro, bien en la pared o apoyado sobre la repisa es también una opción, un elemento más que aporta mucho sobre nosotros mismos.

Cuando el espacio es realmente mínimo, una sencilla banqueta sobre la que reposar un jarrón y unas pequeñas bolas decorativas es suficiente. En este caso el cuadro, incluso puede estar apoyado, en el suelo, y el mismo sistema vale para un espejo alargado que dará más amplitud a la zona.

A painting, no matter its location on the floor or the wall, is always a choice to say a lot about us.

When the space is highly reduced, a simple bench to place a vase with flowers and some decorative balls may be enough. The bench can also support a painting or a mirror. This will definitely make this particular area to look bigger.



Y MUCHO MÁS...

Un perchero suele ser un elemento común en una entrada. Un complemento práctico para dejar, según llegamos, el abrigo y el bolso y, si es oportuno, hasta gorros y sombreros.

Un paragüero es otro de los puntos de encuentro en el recibidor, pero no es absolutamente necesario tenerlo a la vista si no nos encontramos en días de lluvia, ya que ocupa espacio y distrae la atención.

Una silla o una pequeña butaca suelen ser elementos comunes de una entrada si estamos ante un lugar espacioso. Un punto donde reposar nada más llegar a casa y en el que poder decir a nuestros invitados, cuando se abre la puerta de nuestra casa, que estamos dispuestos a que se queden.

A LOT MORE...

A rack is most of the times a common thing at the entrance hall. It is, actually, really practical when we arrive home and want to get rid of our coats, purses, caps and hats.

An umbrella stand is another great part of the entrance hall; however, it is not necessary to keep at sight if it is not raining. This is mainly because they occupy space and distract people's attention.

If you have plenty of space, you may place a chair or a small armchair in your hall. This would be the perfect area to have some rest as soon as we get home or the best way to indicate our guests that they are invited to stay.



EXPERTOS EN CIRUGÍA ROBÓTICA DA VINCI

IMED Valencia ha celebrado las I Jornadas de Avances en Cirugía Robótica da Vinci - Aportación a la Urología-. El objetivo de esta jornada ha sido la divulgación y formación sobre los avances en cirugía robótica en el campo de la urología con el sistema quirúrgico da Vinci. El robot da Vinci Xi instalado en IMED Valencia, hace ahora casi un año y que supuso una inversión para el grupo hospitalario de 2,5 millones de euros, está considerado la tecnología más sofisticada e innovadora de cirugía mínimamente invasiva disponible en la actualidad en todo el mundo.

TOP EXPERTS IN DA VINCI ROBOTIC SURGERY



IMED Valencia hold the I Meeting of da Vinci Robotic Surgery - Approach to urology-. The objective of this meeting was the disclosure and training about robotic surgery advances on the urology area with the surgical system da Vinci. The robot da Vinci Xi installed in IMED Valencia, nearly a year ago and that was an investment for the hospital group of 2,5 million Euros, is considered the most sophisticated an innovating technology of minimally invasive surgery available nowadays in the world.



La jornada científica ha reunido en IMED Valencia a destacados profesionales del ámbito nacional, entre los que se encontraba el Dr. Emilio López Alcina, Jefe del Servicio de Urología del HGUV, Jefe Clínico de Uroavanz y del Servicio de Urología de IMED Valencia; el Dr. Asier Leibar, de la Unidad de uro-oncología y laparoscopia del Hospital Universitario Infanta Sofía; el Dr. José Gregorio Pereira, Director de la Unidad de Cirugía Laparoscópica Robótica Clínica Zorrotzaurre y Jefe de Servicio del Hospital de Galdakao-Usánsolo o el Dr. Mikel Gamarra, Adjunto de la Unidad de Cirugía Laparoscópica Robótica Clínica Zorrotzaurre, entre otros.

Con el objetivo de dar una formación completa a los asistentes, la jornada ha contado con una parte teórico-científica y otra eminentemente práctica en la que se han podido realizar simulaciones con el robot quirúrgico da Vinci XI instalado en el hospital.

MAYOR PRECISIÓN QUIRÚRGICA, REDUCCIÓN DE RIESGOS Y MEJOR RECUPERACIÓN DEL PACIENTE

En este contexto, Dr. Leibar ha expuesto su visión sobre la cirugía robótica en cuanto a su aportación en el cáncer de próstata en España y ha destacado que *"la situación actual de la cirugía robótica del cáncer de próstata en España es prometedora. Existe un crecimiento notable de las cirugías de cáncer de próstata realizadas con el robot da Vinci en España, así como de las plataformas instaladas en nuestros hospitales. La prostatectomía radical es la cirugía que más se realiza en el mundo con el robot da Vinci. Debido a su no desdeñable coste, algo no exclusivo de la cirugía robótica, si no de la tecnología médica en general, ha existido cierta reticencia a adquirir estos equipos, que poco a poco han ido expandiéndose en el resto del mundo."*

The scientific meeting brought together in IMED Valencia outstanding professionals of the national area, among them Dr. Emilio López Alcina, Manager of the Urology Service of the HGUV, Clinical Manager of Uroavanz and of the Urology Service of IMED Valencia; Dr. Asier Leibar, from the Uro-Oncology Unit and laparoscopy of the University Hospital Infanta Sofía; Dr. José Gregorio Pereira, Manager of the Laparoscopy Robotic surgery Unit of Zorrotzaurre and Head of service of the Hospital of Galdakao-Usánsolo or Dr. Mikel Gamarra, Associate of the Laparoscopy Robotic Surgery Unit of Zorrotzaurre, among others.

In order to provide a full training to the assistants, the meeting had a theoretical-scientific part and another practical one in which they could make simulations with the surgical robot da Vinci XI installed in the hospital.

MORE SURGICAL ACCURACY, RISKS REDUCTION AND BETTER PATIENT'S RECOVERY

On this context, Dr. Leibar exposed its vision about robotic surgery in terms of its approach to prostate cancer in Spain and he pointed out that *"the situation nowadays in robotic surgery of prostate cancer in Spain is encouraging. There is a remarkable evolution in prostate cancer performed with da Vinci robot in Spain, and as well of the installed platforms in our hospitals. Radical prostatectomy is the most performed surgery in the world with da Vinci robot. Because of its non negligible cost, something that is not exclusive of the robotic surgery, but of the medical technology in general, there was some reluctance in acquiring this kind of equipment, that little by little expand all over the world."*



El robot da Vinci permite mayor acceso a la cirugía mínimamente invasiva, y mejora los resultados de aquellos cirujanos que ya utilizan esta vía de abordaje, facilitando la conservación de las estructuras anatómicas que rodean a la próstata y que son fundamentales en la recuperación”.

Por su parte, el Dr. José Gregorio Pereira, ha expuesto las ventajas de la cirugía robótica en nefrectomía parcial y destacó que “cada vez es más frecuente diagnosticar tumores renales pequeños debido a la mayor concienciación de la población en realizar chequeos médicos. La oportunidad del diagnóstico precoz nos brinda la posibilidad de realizar una cirugía conservadora, extirpando el tumor y conservando el resto del riñón.” Y destacó que la Nefrectomía parcial asistida por el robot “permitiría realizar esta cirugía con mayor precisión, con menor tiempo en el que el riñón permanece sin vascularización, permitiendo una reparación del defecto renal más rápido, con menos complicaciones (hemorragia, fístula urinaria) y corta estancia hospitalaria.” De igual modo, “los tumores renales más complejos que acabarían precisando una extirpación completa del riñón, con la aportación del Sistema Robótico da Vinci, como la visión 3D magnificada, la mayor movilidad de los instrumentos en espacios pequeños, la oportunidad de técnicas de identificación vascular y anatómica que ofrece mayores ventajas técnicas, brindaría la oportunidad de ser extirpados de manera conservadora”.

Por su parte, el Dr. Mikel Gamarra ha explicado las ventajas de la cirugía robótica reconstructiva. “En la cirugía reconstructiva es donde más podemos apreciar las ventajas que nos ofrece la cirugía robótica, ya que nos permite aprovecharnos de aportaciones, como son la visión 3D amplificada, la versatilidad de movimientos o mantener una postura cómoda, a la hora de enfrentarnos a los pasos más delicados de la cirugía (suturas, disección fina y delicada) que son los más costosos para el cirujano, y que suelen llegar en el momento de más fatiga del procedimiento”.

Por último, el Dr. Emilio López Alcina ha destacado que “uno de los pilares fundamentales de IMED hospitales es la práctica de una medicina científica y de vanguardia, teniendo como valor diferencial el factor humano, junto con una decidida apuesta por el factor tecnológico y la innovación. En este escenario la implantación del Programa de Cirugía Robótica en Urología, refuerza y consolida esta línea estratégica”.

The da Vinci robot allows a biggest access to minimally invasive surgery, and improves the results of those surgeons that employ this approach, making easier the conservation of anatomical structures that surrounds the prostate and that are important on the recovery”.

Dr. José Gregorio Pereira, exposed the advantages of robotic surgery in biased nephrectomy and highlighted that “is more and more frequent to diagnose small kidney tumours due to the increased awareness of the population in having medical check-up. The opportunity of early diagnosis gives us the possibility of making a conservative surgery, removing the tumour and preserving the rest of the kidney.” And pointed out that the biased assisted Nephrectomy by the robot “allows to perform this surgery with more accuracy, less time without vascularization of the kidney, so the reparation of the renal fault is faster, with less complications (bleeding, urinary fistula) and short hospital stay.” Similarly, “renal tumours that are more complex and finally need a full kidney removal, with the approach of da Vinci Robotic System, as well with the 3D magnified vision, more instrument mobility in small places, the technical opportunities of vascular and anatomic identification that offer more technical advantages, will have the opportunity of being removed in a conservative way.”

Dr. Mikel Gamarra explained the advantages of reconstruction robotic surgery. “In reconstruction surgery is where we can value the advantages that robotic surgery offers, because we can have benefit of contributions, as amplified 3D vision, movement versatility or having a comfortable position, when we have to face the most complicated steps of the surgery (stitches, fine and delicate dissection) that are the most difficult for the surgeon, and that appear on the moment of fatigue of the procedure”.

Finally, Dr. Emilio López Alcina pointed out that “one of the main pillars of IMED hospitals is the scientific and forefront medicine practice, having as differential value the human factor, together with the technology and innovating factor bet. On this surrounding the implementation of the Robotic Surgery Program in urology, strengthen and consolidate this strategic strand”.

TÉCNICAS ENDOLUMINALES

NO QUIRÚRGICAS, APLICADAS AL TRATAMIENTO DE LA OBESIDAD

ENDOLUMINAL, NON SURGICAL, TREATMENTS OF OBESITY

¿Qué es la Obesidad, cómo se define y cuál es su origen?

La obesidad se define como una acumulación excesiva de grasa corporal. Sostenida en el tiempo, es perjudicial para la salud ya que predispone a la aparición de co-morbilidades, o enfermedades asociadas a la propia obesidad, que afectan la calidad y esperanza de vida del paciente. Estas enfermedades tienen un carácter principalmente cardiovascular y metabólico.

Diferentes motivos, de índole mayoritariamente psico-social, han provocado la irrupción, a escala global, de lo que ya se considera la epidemia del siglo XXI. En España, un 23% de los menores padece sobrepeso. Los principales motivos son el deterioramiento progresivo de la alimentación, la vida sedentaria y la falta de ejercicio físico.

¿Qué grado de Obesidad tengo y cuántos kilos tendría que perder?

Existen diferentes grados de obesidad, desde sobrepeso hasta Obesidad mórbida. La escala más utilizada para conocer el grado de afectación en cada paciente es el conocido IMC o índice de masa corporal. Mediante una formula, correlacionamos peso y estatura del paciente para sacar una cifra que nos dirá el grado de Obesidad del paciente y su exceso de peso. Esta escala empieza en Normopeso, Sobrepeso, Obesidad tipo I, II y III.

En general, un paciente se situará en Obesidad tipo I cuándo tenga un exceso de peso de al menos 15 Kgs. A partir de situarse en Obesidad tipo I (IMC 30) ya contamos con tratamientos o intervenciones dirigidas a tratar esta obesidad, ya que la afectación es ya considerada enfermedad.

What is Obesity, how is it defined and which is its origin?

Obesity is defined as an excessive accumulation of body fat. Over time, it is detrimental to health, since it predisposes to the appearance of co-morbidities, which are related obesity diseases, that affect the quality and life expectancy of the patient. These diseases are mainly cardiovascular and metabolic.

Different reasons, mainly of them with a psycho-social origin, have provoked the irruption, on a global scale, of what we already know as the epidemic of the 21st century. In Spain, 23% of children are overweight. The main reasons are the progressive deterioration of diet, sedentary life and the lack of physical exercise of the general population.

What degree of Obesity do I have and how many kilos would I have to lose?

There are different grades of obesity, they go from overweight to morbid obesity. The most commonly used scale to know the degree of Obesity is what we know as BMI or body mass index. By means of a formula that correlates the patient's weight and height, to obtain a number that will tell us the degree of Obesity of the patient and their current excess weight. This scale begins in Normal weight and evolves to Overweight, Obesity type I, II and III.

In general, a patient with an excess weight of at least 15 Kgs will be considered in Obesity type I. Starting at Obesity type I, we have treatments and procedures available and it starts to be considered as a disease condition.

ARSENAL TERAPÉUTICO PARA TRATAR LA OBESIDAD

THERAPEUTIC OPTIONS TO TREAT OBESITY



Hasta hace unos años, la Obesidad solo se trataba en su afectación mórbida, es decir Obesidad tipo III con un exceso de peso superior a 35 Kgs.

La vía de abordaje era exclusivamente quirúrgica, contando con intervenciones de gran eficacia, ampliamente utilizadas en la historia clínica. Sus principales expresiones eran el Bypass Gástrico y la Manga Gástrica. La comunidad científica ha expresado en sus guías que estas técnicas, que actualmente se realizan por Laparoscopia, solo deben emplearse en pacientes con una Obesidad Mórbida tipo III.



Entonces, ¿cómo se trata la Obesidad tipo I y II, es decir aquellos pacientes con un exceso de peso de 15 a 35 Kgs?

Técnicas Endoluminales, no quirúrgicas, para el tratamiento de la Obesidad. El futuro ya está aquí...

La investigación clínica se orienta en dos principales direcciones: la cirugía robótica y el abordaje endoluminal (operar a través de orificios naturales). Las ventajas de la cirugía endoluminal son muchas, por citar algunas: menor riesgo de infección, ausencia de cicatrices externas, recuperación más rápida, etc.

SÓLO LA ENDOSCOPIA NOS PERMITE TRATAR EL PACIENTE CON OBESIDAD TIPO I Y II

En la actualidad, la única vía que nos permite tratar a los pacientes con un exceso de peso de 15 a 35 Kgs (Obesidad tipo I y II) es la endoscópica.

Contamos con diferentes tratamientos que se indican en cada caso particular de paciente. En concreto, contamos con el balón intragástrico de 6 meses, el balón de 12 meses y la Reducción de Estómago por Vía Oral con Método POSE. Es de vital importancia realizar un abordaje multi-disciplinar del paciente, y acompañar a la intervención con un tratamiento nutricional y psicológico del paciente, incidiendo en la reeducación alimentaria del paciente y la modificación de sus hábitos y estilo de vida. Todas las técnicas endoscópicas cuentan con la virtud de ser no invasivas o mínimamente (POSE). Son herramientas terapéuticas que proporcionan un efecto mecánico en el paciente que, acompañadas del trabajo de su equipo multi-disciplinar, podrán conseguir grandes cambios en el paciente, en el contexto de una relación riesgo/beneficio óptima para el paciente.



Until few years ago, the Obesity was only treated in its morbid affection, that is to say Obesity type III with an excess of weight superior to 35 Kgs.

There were only surgical treatments, including procedures that showed great efficiency and were widely used in the history clinic. His main expressions were the Gastric Bypass and Gastric Sleeve. The scientific community has expressed in their therapeutic guidelines that these techniques, which are currently performed by laparoscopy, should only be used in patients with a type III Morbid Obesity condition.

So, how is Obesity Type I and II treated, ie those patients with an excess weight of 15 to 35 Kgs?

Endoluminal, non-surgical techniques for the treatment of Obesity. The future is here...

Clinical research is basically oriented in two main directions: robotic surgery and endoluminal therapeutic interventions (operate through natural orifices). The advantages of endoluminal surgery are many, to name just a few: lower risk of infection, absence of external scars, faster recovery, etc.

ONLY ENDOSCOPY ALLOWS US TO TREAT THE PATIENT WITH TYPE I AND II OBESITY

At present, only Endoscopy allows us to treat patients with an excess weight of 15 to 35 Kgs (Obesity type I and II). We have different treatments that are indicated in each particular patient case.

Specifically, we have the 6-month intragastric balloon, the 12-month balloon, and the Stomach Reduction performed through to the Mouth with POSE (Primary Obesity Surgery, Endolumenal). It is of vital importance to carry out a multi-disciplinary approach to the patient, and to accompany the intervention with a nutritional and psychological treatment of the patient, focusing on the patient's eating reeducation and the modification of their habits and lifestyle. All endoscopic techniques have the virtue of being non-invasive or minimally (POSE). They consist in therapeutic tools that provide a mechanical effect on the patient that, accompanied by the work of their multi-disciplinary team, can achieve great changes in the patient, providing the patient with a great correlation between risk and benefit.

HABITACIONES BURBUJA



BUBBLE BEDROOMS





DISFRUTANDO DE LAS "HABITACIONES BURBUJA"

ENJOYING THE BUBBLE BEDROOMS



"Para las parejas, dormir y compartir un momento romántico en medio de la naturaleza y la oscuridad, bajo el parpadeo de las estrellas, es una experiencia inusual e intemporal que, a menudo, les hace repetir", informa a Efe Julie Giovansili, portavoz de Attrap'Rêves (AR).

El hotel Aire de Bardenas está situado en un espectacular paisaje desértico y lo forman nueve burbujas donde los huéspedes pasan una noche bajo el cielo estrellado, donde "lo primero es la intimidad".

"For couples, sleeping and sharing a romantic moment in the middle of nature, darkness, and under the shining stars is an extraordinary and unforgettable experience that they always want to repeat", says Julie Giovansili, Attrap'Rêves spokeswoman.

Aire de Bardenas Hotel is located in an incredible desert landscape. It is made of nine bubbles where the guests can enjoy a night under the starry sky and a place where intimacy comes first.

Una experiencia única y cósmica
en medio de la naturaleza.

A unique and out-of-this-world
experience in the middle of nature.



Una de las redes más amplias de 'bubble rooms' (habitaciones burbuja) se sitúa en Francia y se compone de 18 unidades distribuidas en cinco lugares, situados en entornos naturales.

Las instalaciones de Attrap'Rêves -unas totalmente transparentes y otras con transparencia en su parte superior-, se sitúan en Allauch, La Bouilladisse, PugetVille, Montagnac Montpezat y Forcalquier, en zonas de pinares, pequeños valles, bosques, viñas y colinas, a veces cerca de parques naturales.

"Las burbujas, concebidas con materiales reciclables y con un consumo reducido de energía, se ubican en lugares privilegiados, lejos de la muchedumbre y de los caminos trillados para que sus huéspedes puedan vivir una experiencia única y cósmica en medio de la naturaleza", informa a Efe Julie Giovansili, portavoz de esta sociedad familiar (www.attrap-reves.com/en) creada en 2010.



One of the largest networks of bubble bedrooms is located in France and is made of 18 units distributed in 5 different natural locations.

Attrap'Rêves facilities, totally transparent or with transparent roofs, are located in Allauch, La Bouilladisse, PugetVile, Montagnac, Montpezat, and Forcalquier.

All these places are surrounded by pine trees, small valleys, forests, hills, and natural parks.

The Bubbles, made of recyclable materials, have little levels of energy consumption. They are always located within privileged landscapes away from the large cities and busy roads.

This way, the guests can live a unique and out-of-this-world experience in the middle of nature, says in an interview with EFE Julie Giovansili, spokeswoman of this family society created in 2010.



RODEADOS DE BOSQUES Y BAJO LAS ESTRELLAS

"Hay cinco modelos, desde una depurada suite, con una burbuja sanitaria contigua y tejidos sedosos y elegantes, hasta otra con colores cálidos para un ámbito sentimental y donde disfrutar en pareja", apunta Giovansili. "Los visitantes también disponen de dos modelos especialmente diseñados para contemplar las estrellas y para vivir una inmersión a 360° en el ambiente natural", añade.

Según la portavoz de Attrap'Rêves las 'bubble rooms' pueden disfrutarse bajo distintas fórmulas, que incluyen la posibilidad de dormir bajo las estrellas y observar la Luna o aprovechar un jacuzzi instalado en medio de la naturaleza. "La mayoría comentan que pasar la noche inmerso en la naturaleza, escuchando el sonidos de las aves, sintiendo el aire fresco y observando el espacio abierto, bajo la estrellas, y sin nada más que una burbuja entre uno y el entorno, es algo emocionante y una de las palabras con que más a menudo describen esta experiencia es ¡genial!.

SURROUNDED BY FORESTS AND UNDER THE STARS

There are five types of rooms. Clients can choose a luxurious suite with an additional sanitary bubble and elegant and silk fabrics; a charm-colourful room that creates an environment of feelings to share in couple, says Giovansili. Moreover, guests can also book 2 different models of rooms especially designed to see the stars and live a full and 360 degrees experience in a natural environment.

According to Julie, the bubble rooms can be enjoyed in different ways. There are modalities in which clients can select to sleep under the stars and observe the Moon, or enjoy a jacuzzi in the middle of nature.

The majority of the clients say that spending a night in nature, listening to the songs of birds, feeling the fresh air, watching the sky under the stars with nothing more than a bubble between nature and them is really exciting. In fact, the word used by all of them is: incredible!!!

www.attrap-reves.com/en

el sonido de la naturaleza,
el viento susurrando, el sol subiendo...



A MOON BASE IN A DESERT LANDSCAPE

On the other hand, there is the hotel complex Aire de Bardenas (AdB) in Tudela (Navarra, Spain). This one is located really close from the Bardenas Reales, a natural park with incredible desert landscapes. The complex has been conceived as a mixture of protected and comfortable interiors to observe the beautiful environment in which wind is the main protagonist.

This hotel's name is: Aire. It has been named after the northwest wind that blows in this area: the cierzo. One of the areas has been called Bardenas Moon Base and is formed by 9 one-bedroom bubbles perfectly equipped.

Carlos Bueno, Marketing Manager, says that this bubbles of love located in complex and harsh environments battered by the strong winter cierzo and the high temperatures around 40 C during the summer are the perfect place to spend a night in the Moon.

Because of the exposition to sunlight, AdB recommends not to stay in the bubble until the sunset. This is the moment when the 2 air conditioning machines there are in each bubble have created the perfect atmosphere.

The 9 bubbles have a bathroom with a natural water deposit. Eight of these bathrooms are oriented in the sunrise direction and one in the sunset position, says Bueno to EFE.

For this enterprise, intimacy comes first when talking about the Moon base. That is why, in the survival manual given to the clients, they request the guests not to go beyond their private space. This intimate space is delimited by ropes.

UNA BASE LUNAR EN UN PAISAJE DESÉRTICO

Por su parte, el complejo hotelero Aire de Bardenas (AdB), en Tudela (Navarra, España) y próximo a las Bardenas Reales, un parque natural con paisajes desérticos espectaculares, está concebido como una sucesión de espacios interiores protegidos y confortables para contemplar un exterior con una fuerte presencia del viento.

Este hotel se llama "Aire" inspirándose en el viento de componente noroeste llamado cierzo que sopla en la región, y tiene una zona denominada 'base lunar Bardenas', formada por nueve burbujas dotadas de las comodidades de una habitación de hotel.

Estas "burbujas de amor", instaladas en un hábitat inhóspito y complejo con reminiscencias selenitas y azotado por el cierzo en invierno y con temperaturas próximas a los 40 grados en verano, son para pasar una noche "en la Luna", según Carlos Bueno, responsable de marketing del hotel.

Por eso, si durante el día hay un sol radiante, AdB aconseja no hacer uso del interior de la burbuja hasta la puesta de sol, momento en que las dos máquinas de aire acondicionado de la burbuja podrán ser efectivas y proporcionarán al huésped el bienestar que necesita en su interior.

"Las nueve burbujas cuentan con baño con cisterna de agua corriente, y están todas orientadas hacia el amanecer excepto una que está orientada hacia la caída del sol", indica Bueno a Efe.

"En la base lunar la intimidad es lo primero, por lo que en el "manual de supervivencia" que se entrega a sus ocupantes al llegar al hotel, se ruega a los "aireonautas" que no sobrepasen su propio espacio, el perímetro de cada cápsula delimitado con cuerdas, porque al hacerlo serán vistos desde el exterior", indican desde la empresa.

¿ESTÁS PENSANDO EN PONERTE IMPLANTES DE MAMA?

ELIGE CON LIBERTAD Y CONFIANZA.
HABLA CON TU CIRUJANO PLÁSTICO.



♥
Quererte es lo más natural

Dra. Gabriela Arana

"Se trata de ayudar a que las personas sean felices"

"It's about helping people to be happy"

La clínica de medicina y cirugía estética Ilahy está integrada en el entorno hospitalario de IMED Hospitales.

Ilahy cuenta, además de con unas instalaciones y aparatología de última generación, con un equipo humano altamente cualificado (cirujanos plásticos, endoscopistas, nutricionistas, anestelistas, psicólogos, endocrinos...) coordinado en el área de medicina estética por la doctora dermatóloga María Gabriela Arana (Ilahy Valencia).

Con ella hemos tenido una entrevista en la que nos habla de Ilahy y de lo último en medicina estética.

* *The aesthetic medicine and surgery clinic Ilahy is settled in the sanitary center of IMED Hospitals.*

Ilahy has the latest generation machines and facilities, with a human and highly qualified team (plastic surgeons, endoscopists, nutritionists, anaesthetist, psychologists, endocrines...) coordinated in the aesthetic medicine area by the dermatologist doctor Maria Gabriela Arana (Ilahy Valencia).

We interviewed her to speak about ilahy and the latest in aesthetics.

Dra. Gabriela Arana, Coordinadora del Área de Medicina Estética de la clínica Ilahy Valencia

Aesthetic Medicine area coordinator of Ilahy Valencia clinic.

¿Cuál es el tratamiento más demandado de medicina estética en Ilahy?

El tratamiento más demandado a mi parecer sigue siendo la toxina botulínica. El por qué es muy simple: No existe edad para combatir las arrugas. Si uno empieza joven, las arrugas simplemente no aparecen. Si ya las tenemos, es necesario como pistoletazo de salida para comenzar a borrar. El aspecto relajado y descansado que deja es inigualable. Aunque le siguen de cerca tratamientos como los rellenos como el ácido hialurónico o la hidroxiapatita cálcica, hidratación y revitalización con productos inyectables... En cuanto a la medicina corporal, la tecnología nos echa mucha mano con aparatos como el Exilis BTL, que modelan a la vez que combaten flaccidez. La mesoterapia también es muy demandada... la lista es interminable.

Which is the most asked treatment in aesthetic medicine in Ilahy?

The most asked treatment is the botulinum toxin. Why? It is very simple: There is no age to eliminate wrinkles. If a person begins when is young, wrinkles never appears. If we have them, it is necessary this treatment to begin the elimination. The relaxed and comfortable aspect that provides is unequalled. Very similar are filling treatments as hyaluronic acid or calcium hydroxyapatite, moisturizing and revitalization with injections... Regarding body medicine, technology helps us some equipment as Exilis BTL, that modelates and eliminates flaccidity. Mesotherapy is also very demanded... the list is very long.



my

ico

Licenciada en Medicina por la Universidad de Buenos Aires con Mención especial y diploma de Honor. Especialista en dermatología y Medicina estética. Miembro de la Academia española de Dermatología y Venerología.

Graduated in Medicine by the Buenos Aires University with special mention and certificate of honor. Dermatology and aesthetic medicine specialist. Member of the Dermatology and Venereology Spanish Academy.

¿Y la novedad más reciente de la que todo el mundo hablará en 2018?

Hace tiempo estamos deseando, tanto pacientes como médicos, que llegue ese producto tan famoso ya en Estados Unidos que es capaz de eliminar de forma definitiva la papada y la flaccidez con tan solo unos pinchazos, sin bisturí ni anestesia. Estamos hablando del Belkya, un producto de Allergan, aprobado por la FDA, que nos ayudará a resolver ese problema que tanto avejenta de forma ambulatoria, sin cirugía, con una recuperación increíble. Muchos pacientes que han visto fotos están ya reclamando este tratamiento que tendremos disponible desde septiembre de este año. Quien quiera ver antes y después reales, no tiene más que poner "Belkya" o "Kybella" (su homólogo estadounidense) en su buscador y entenderá nuestro entusiasmo. Precisamente la clínica ilahy ha sido elegida entre las clínicas de referencia en toda España para ofrecer Belkya en primicia.

And the most recent novelty that everybody will talk about in 2018?

We are expecting for a long time, doctors and patients, that arrives this famous product in the US that can eliminate definitely double chin and flaccidity with only some injections, no scalpel or anaesthetics. We are talking about Belkya, an Allergan product, approved by the FDA, that will solve this problem that has lots of advantages in an outpatient way, no surgery, with an incredible recover. Lots of patients that has seen photos are claiming this treatment that we will have from September of this year. Those who want to see real before and after, just have to search "Belkya" or "Kybella" (its US equivalent) and you'll understand our enthusiasm. Ilahy clinic its been chosen as one of the reference clinics in all Spain to offer Belkya exclusively.

¿Sigue siendo un tabú hablar de Medicina estética o por el contrario consideras que ésta tiene buena aceptación en la sociedad actual?

Lo cierto es que la Medicina estética, así como la propia sociedad, se ha transformado muchísimo en los últimos años. Por un lado, los tratamientos son menos invasivos, con resultados más naturales y con un precio más asequible. Por otro, contamos cada día con nuevos procedimientos que hacen posible ese acercamiento que hoy existe entre la sociedad y la medicina estética.

It continues to be a taboo to talk about Aesthetic Medicine or do you think it has a good approval in nowadays society?

It is true that aesthetic Medicine, and the society, has changed a lot in the last years. On one hand, treatments are less invasive, with more natural results and with better price. On the other hand, we have new procedures each day that make possible this approach that exists today between society and aesthetic medicine.



¿Qué significa para ti ayudar a un paciente con la Medicina estética?

Esta es una pregunta que se responde fácilmente con una situación que viví hace pocos días. Un paciente, con mucho estrés laboral que había repercutido claramente en su aspecto, acudió a realizarse un tratamiento de ojeras y de mejora de flaccidez y contorno del óvalo facial. Cuando vino al control, me dijo: "Que trabajo más bonito que tiene, Doctora, usted hace feliz a la gente. Quiero que sepa que a mí me hizo enormemente feliz". Simplemente, se trata de ayudar a que las personas se sientan felices. Sin más.

What does it mean to you to help a patient with aesthetic medicine?

This is a question that has an easy answer with the example of a situation that I lived some days ago. A patient, with lots of work stress that affected her appearance, came to have a bags and flaccidity improvement treatment as well as face oval outline. When she came to check-up she just told me: "You have a beautiful job, Doctor, you make people happy. I want you to know that you made me very happy" It is just about helping people to feel happy. Nothing else.

¿Cuál sería el tratamiento de Medicina estética que más le gusta trabajar?

Los tratamientos que personalmente más me gusta realizar son tres: el primero es quitar las manchas. Fácil, rápido, sin tiempo de recuperación y que en una o dos sesiones quita lo que costó años y años sumar. El segundo son los tratamientos para la flaccidez. Siempre digo que podemos perdonar casi todo a los años, pero ver cómo se pierde la estructura de nuestro rostro y se "derrumba" nuestra piel es de lo más difícil de asumir. En esto, nunca insistiré lo suficiente: la palabra clave es PREVENIR. Por último, quienes me conocen saben que soy una enorme fanática de limpiar las piernas de varices.

Which is the treatment in aesthetic medicine that you like most to perform?

Personally, treatments that I like to perform the most are three: the first one is to eliminate spots, base line for any aesthetic treatment. It is easy, fast, with no recovery and in one session or two eliminates what it was created in years. The second one are the flaccidity treatments. I always say that we can forgive almost everything to aging, but just to see how we loose our face structure and how our skin falls down is the most difficult to assume. About this, I never insist enough: the key word is to PREVENT. There are a lot of treatments to slow and improve flaccidity without using a scalpel and just keeping naturalness. Finally, who knows me knows that I love to clean legs of varicose veins



Unidades y servicios Ilahy Valencia Ilahy Valencia units and services

Cirugía estética
Medicina estética
Dermatología

Cirugía de pecho

Obesidad y nutrición, centro de referencia Método POSE

Cirugía bariátrica y metabólica

Unidad Capilar

Cirugía Plástica Reconstructiva

Cirugía Secundaria Reparadora, secuelas estéticas primeras intervenciones

Aesthetic surgery
Aesthetic medicine
Dermatology

Breast surgery

Obesity and nutrition, POSE method reference center

Bariatric and metabolic surgery

Hair unit

Reconstructive plastic surgery

Repair Secondary surgery, aesthetic results from first operations

www.ilahy.es

Ilahy Benidorm

Calle Doctor Ramón y Cajal, 7 Benidorm (Alicante)
Tel. 966 878 782

Ilahy Elche

Calle Max Planck, 3 Elche (Alicante)
Tel. 966 915 154

Ilahy Torrevieja

Avda. de Rosa Mazón Valero s/n Torrevieja (Alicante)
Tel. 966 817 407

Ilahy Valencia

Avda. de la Ilustración, 1 Burjassot (Valencia)
Tel. 963 003 017

Te queda poco. Te damos mucho.

Se acerca el momento más importante de tu vida y en IMED Hospitales queremos ofrecerte el mejor equipo de asistencia al parto, respetando el proceso natural, en las instalaciones más modernas, con plena tecnología y comodidad. Consulta a tu ginecólogo, dar a luz en IMED es más sencillo de lo que crees. Te queda poco y queremos darte mucho.

SALAS DE DILATACIÓN CON BAÑERA

SALAS DE PARTO COMPLETAMENTE EQUIPADAS

CONFORTABLES HABITACIONES Y SUITES

QUIRÓFANOS Y UCI NEONATAL

EPIDURAL 24 HORAS. WALKING EPIDURAL

ATENCIÓN PEDIÁTRICA 24 HORAS

APOYO A LA LACTANCIA MATERNA

IMED colabora con las principales aseguradoras

daraluz.imedhospitales.com

daraluz.imedvalencia.com



Dr. Borja Merino Diaz

"Con 9 años entraba en los hospitales y me gustaba ver el trabajo que hacían los médicos."

"When I was only 9 years old I entered the hospitals and I loved what doctors did there."

EDAD 35 años

ESPECIALIDAD angiología y cirugía vascular
en IMED desde Junio 2013

Me di cuenta de que quería ser médico cuando "con 9 años, entraba en los hospitales por temas de salud personal o familiar y me gustaba ver el trabajo que hacían los médicos y demás personal sanitario. Además me gustaba mirar atentamente cuando me pinchaban o hacían analíticas y no me mareaba al ver la sangre al contrario que al resto de niños que había alrededor".

Me hice cirujano vascular porque "era una especialidad médico y quirúrgica en la que tienes una implicación especial con el paciente: realizas la prevención, diagnóstico y el tratamiento médico y quirúrgico de sus problemas y enfermedades vasculares; así como su seguimiento. Además tiene un amplio campo de actividad no sólo clínica y asistencial sino también de investigación".

Un momento de mi vida profesional que guardo con especial cariño fue cuando "defendí mi tesis doctoral y obtuve el grado de Doctor en mayo de 2011. Todo el escenario y ambiente que envuelve al proceso de defensa de la tesis ante el tribunal creo que constituye un momento especial que pone fin a un esfuerzo y una trayectoria académica, constituyendo el título de Doctor el máximo rango académico".

El futuro de la cirugía vascular pasa por "la implantación y realización de forma generalizada de procedimientos endovasculares mínimamente invasivos que permitan tratar patologías cada vez más complejas en pacientes con elevado riesgo para cirugía abierta. Para ello es necesario un perfecto adiestramiento en estos nuevos procedimientos por parte de los especialistas, dotar a los Centros Hospitalarios de infraestructuras que permitan realizarlos en las mejores condiciones técnicas y de seguridad para el paciente; así como un constante desarrollo tecnológico por parte de la industria y las casas comerciales".

Si no hubiera sido médico habría sido "músico" porque "la música es en lo que invierto parte del tiempo libre que me deja la Medicina, y en ella encuentro esa poesía que no siempre soy capaz de ver en lo cotidiano".



I found out that I wanted to be a doctor when I was only 9 years old and I entered the hospitals for personal or family medical reasons. I really loved what doctors and the staff did there. Moreover, I also enjoyed watching how nurses injected or carried out analysis. I did not get dizzy when I saw blood which was something really common among other kids.

I became a vascular surgeon because I considered this to be a medical and surgical specialty in which you are highly involved with patients. You take care of the prevention, diagnosis, monitoring, and medical and surgical procedures when patients have cardiovascular problems or affections. Besides, this specialty offers a wide spectrum for doctors. You can devote yourself not only to clinical or assistance matters but also to the research field.

One moment of my professional life, which I save with special love in my heart, is the moment when I achieved my PhD after defending my PhD thesis in 2011. The environment that surrounds the moment of the defence in front of a jury is a fantastic one. It is the thing that puts an end to long hours of hard efforts and to an academic trajectory. A PhD is the higher degree one can dream to achieve.

The future of the vascular surgery is passing through the implementation and widespread application of less invasive surgical procedures. These procedures will allow us to treat even more complex pathologies in patients with high risks when treated with the current open surgery procedures. That is why we all need to go through some specialized training and provide the hospitals with the required infrastructure to carry out these procedures. All hospitals should be equipped with ultimate health and technical conditions. It is also necessary to favour a constant industry development.

Dr. Borja Merino, Ser médico es "vocación, reto, dedicación, entrega y responsabilidad con un único fin: el paciente".

If I had not turned out to be a doctor, I would have been a musician. Music is that thing I devote my time to when I am not being a doctor. She helps me find that poetry I cannot always see in the daily life.

Siempre tenemos un favorito. O dos.



T-ROC DESDE
19.800€*

TIGUAN DESDE
22.100€*

Todos sabemos cuál es nuestra canción, a qué lugar volveríamos una y otra vez y cuál fue el amor de nuestra vida. Pero si pensamos en el SUV de los SUV, no pensamos en uno sino en dos, y los dos son Volkswagen.



Volkswagen

T-Roc 1.0 TSI 85 kW: consumo medio (l/100 km) de 5,1. Emisión de CO₂ (g/km): 116.
Tiguan 2.0 TDI 85 kW: consumo medio (l/100 km) de 4,2. Emisión de CO₂ (g/km): 123.

*PVP recomendado en Península y Baleares desde 19.800 € para un T-Roc Edition 1.0 TSI 85 kW (115 CV) y desde 22.100 € para un Tiguan Edition 2.0 TDI 85 kW (115 CV) manual 4x2 (IVA, transporte, impuesto de matriculación, descuento de marca y concesionario y bonificación de Volkswagen Finance incluidos), financiando a través de Volkswagen Finance EFC S.A., según condiciones contractuales un capital mínimo de 15.000 € y de 20.000 € respectivamente, con una permanencia mínima de la financiación de 48 meses. Oferta válida hasta 30/06/2018 salvo variación en las condiciones del precio del vehículo. Modelos visualizados: Nuevo T-Roc Sport y Tiguan Sport con opcionales.

Levante Wagen

Av. del Cid, 152 - Tel. 963 132 320 - 46014 València
www.levantewagen.es

Autoval Valencia

C. de les Illes Canàries, 70 - Tel. 963 379 560 - 46023 València
www.autoval.es

Pablo Mora, Lagarto amarillo

"A Lagarto Amarillo lo que le define son las letras"

"Lagarto Amarillo is defined by its lyrics"

Han puesto letra y música a series de televisión como "Cuéntame" o "Amar es para siempre", fueron galardonados en 2007 con el premio Mejor álbum Latino en los JPF Music Awards y ahora se reinventan en el disco "Campeón", con Pablo Mora al frente, con sus incisivas letras "sabinianas" y un especial recuerdo a su hermano desaparecido.



They have been the authors of the lyrics and music of TV series such as: "Cuéntame" or "Amar es para siempre". In 2007, they were awarded with the Best Latin Album at the JPF Awards. Now, they have reinvented themselves with their new disc: Campeón. Pablo Mora, with his Sabina style songs and the memories of his missing brother, is now the leader of this band.

Acabo de crear una ranchera que me pidieron desde México y también un tema que me solicitaron desde Ámsterdam

In fact, I just finished writing a ranchera for someone in Mexico. Someone in Ámsterdam also requested me to write one

Pablo Mora

¿Quién es Lagarto Amarillo y por qué ese nombre artístico?

Somos un grupo de tres hermanos que nace en 2002 y que adopta este nombre por un secreto de hermanos, que no es otro que nos encontramos con un lagarto amarillo cuando éramos pequeños.

¿Qué representa "Campeón" en la trayectoria de Lagarto Amarillo?

Es el primer disco que hago en solitario porque mi hermano José María falleció hace dos años y medio. Aunque en nuestro anterior trabajo mi hermano ya estaba enfermo y mi hermana empezó a desmarcarse del grupo. De hecho pensamos incluso en cambiar el nombre de la banda al mío propio, Pablo Mora, pero finalmente decidimos mantener Lagarto Amarillo. Ya veremos en el siguiente...

For those who still do not know about you? What is Lagarto Amarillo and why the name?

We are a group made of 3 siblings. We created the band in 2002. The name is the result of a sibling's secret: we found together a yellow lizard when we were kids.

What does Campeón mean in terms of your trajectory?

This is my first solo album after my brother José María passed away 2 and half years ago. However, while getting the previous album ready, my brother was already sick and my sister started to get distant from the band. In fact, we thought about changing the name of the group and name it: Pablo Mora. However, we finally agreed on not doing so. We will see this in the future...

Son un grupo de pop de los más consolidados en el mundo musical español, pero también son muy conocidos sus temas en el mundo hispanohablante. Llevan 15 años trabajando con un buen número de discos y giras y siguen evolucionando con la esperanza de proyectarse hacia América el próximo año.

Entrevistamos a Pablo Mora, esencia de la banda, y quien ha elaborado la última entrega de su trabajo, titulado "Campeón", y también la primera en que da la cara en solitario desde que los tres hermanos crearan la agrupación.

INFLUENCIA DE JOAQUÍN SABINA

¿Pero el disco no destila tristeza, sino todo lo contrario?

Efectivamente podría haber sido un trabajo negro y lúgubre, pero hemos hecho un disco que está enfocado en la alegría y al amor.

The album does not convey sadness, as a matter of fact; it is all the way around.

That is sure. It could have been an obscure and bleak work but we tried hard to achieve an album of happiness and love.

"Perdón y amén" es un tema muy optimista que les ha marcado, ¿cómo ve esta canción sus seguidores?

Sinceramente no esperaba que se hubiera convertido en single y menos que tuviera el éxito que ha tenido, porque es una canción con una letra muy rebuscada, con dobles sentidos, larga y que contiene muchos elementos que no se dan habitualmente en un single, pero está funcionando fenomenal y a todo el mundo que la escucha le encanta. He recuperado el estilo de nuestros primeros trabajos, con gran influencia de Joaquín Sabina, que se nota.

"Perdón y amén" is an optimistic song that has really marked you. How do your followers see this song?

Honestly, I did not expect this song to be so successful mainly because this a long song with high register words, double sense, and with lots of elements not present in the singles. However, it is working quite well and everybody who listens to it loves it. It has recovered the style of our first works and the influence of Joaquín Sabina.

¿Qué representó el tema compuesto para la serie de televisión "Cuéntame" en la trayectoria del grupo?

Pues un salto cuantitativo de personas que nos conocieron y que acudieron a los conciertos, porque cada vez que sonaba en televisión lo escuchaban 6 ó 7 millones de personas en España en 2007. Para nosotros representó vender un número de entradas importante.

What did writing the song for the TV series: Cuéntame mean for your band?

It was definitely a quantitative jump because people got to know us and went to our concerts. Anytime the song was played on TV around 6 to 7 million people listened to it within Spain, in 2007. It meant selling a great deal of our concert tickets.

Llevan casi 15 años en el mercado ¿qué ha ganado el grupo? ¿Cómo se vive la música sin un componente de la formación?

He perdido la posibilidad de disfrutar y viajar en familia. Miraba para un lado estaba mi hermano, por el otro mi hermana y ahora es muy diferente. Se nota una cierta soledad, a pesar de que iniciar un paso nuevo es bonito, pero antes sentías las giras como estar en casa, acompañado por tus hermanos. Es diferente.

You have been almost 15 years in the market, what has been the result of this? How do you live music without the component of formation?

I have lost the opportunity to enjoy and travel with the family. I used to look to one side and there was my brother, and in the other one there was my sister. Now, it is quite different. I sense some loneliness despite that anytime you undertake a new project the beginning is really beautiful. Before, going on tours was like being at home with your siblings. Now, it is different.

They are a pop group among the best established in our country. However, many Latin American countries know their music as well. They have been playing music for 15 years and their career is supported by several records and tours. Nowadays, they will keep their evolution process and the next year they will launch their career in America.

We interviewed Pablo Mora. He is the essence of this band and the author of their new work: *Campeón*. This is his first solo album after the 3 brothers decided to join and create this band.

"Voy a estar siempre contigo, siempre de alguna manera"... ¿Qué nota cuando canta este tema?

Aún estoy en el proceso de intentar cantarla sin llorar... que es muy difícil. Además apago los instrumentos y la canto sin música, con muchísimo sentimiento. Es una canción eterna.

¿Seguirá la esencia del grupo en el futuro?

A Lagarto Amarillo lo que le define específicamente son las letras, que siempre las he hecho yo. Entre los tres hermanos hacíamos arreglos, pero yo soy el letrista. Creo que el camino es seguir por ahí y que las composiciones te lleven donde tengan que llegar. No creo que haya un estilo que no se pueda hacer: ritmos latinos, pop, rumbas, boleros...

¿Cuál es su opinión de las redes sociales? ¿Las trabajan?

¡Las odio profundamente! (ja,ja,ja) creo que hay que decir la verdad (risas). No me gustan, pero reconozco que es una herramienta increíble. La que más me atrae es Instagram y reconozco que me engancha, pero no quiero tomármelo como un trabajo. Es una parte muy importante de nuestro trabajo, pero tengo un equipo que me ayuda mucho en este terreno y con los seguidores, que son muy importantes para la banda.

¿Cuáles son sus referentes en el música?

No tengo mitos en este trabajo, pero me gustaría conseguir mi primer disco de Oro, para continuar con uno de Platino...

"I am going to be always with you, always in some way".... What do you feel when you sing this song?

Still I am passing through that stage I try not cry when I sing it. It is really difficult. Besides, I have all musical instruments off and I sing it with no background. I put my heart on it. It is an eternal song.

Will the essence of the group remain in the future?

Lagarto Amarillo is defined by its lyrics. These have all been written by me. We all, as siblings, made the music but I always wrote the lyrics. I think that the path is to keep going and let the compositions take you wherever they have to go. There is not an impossible rhythm: Latin rhythms, pop, rumbas, boleros, etc.

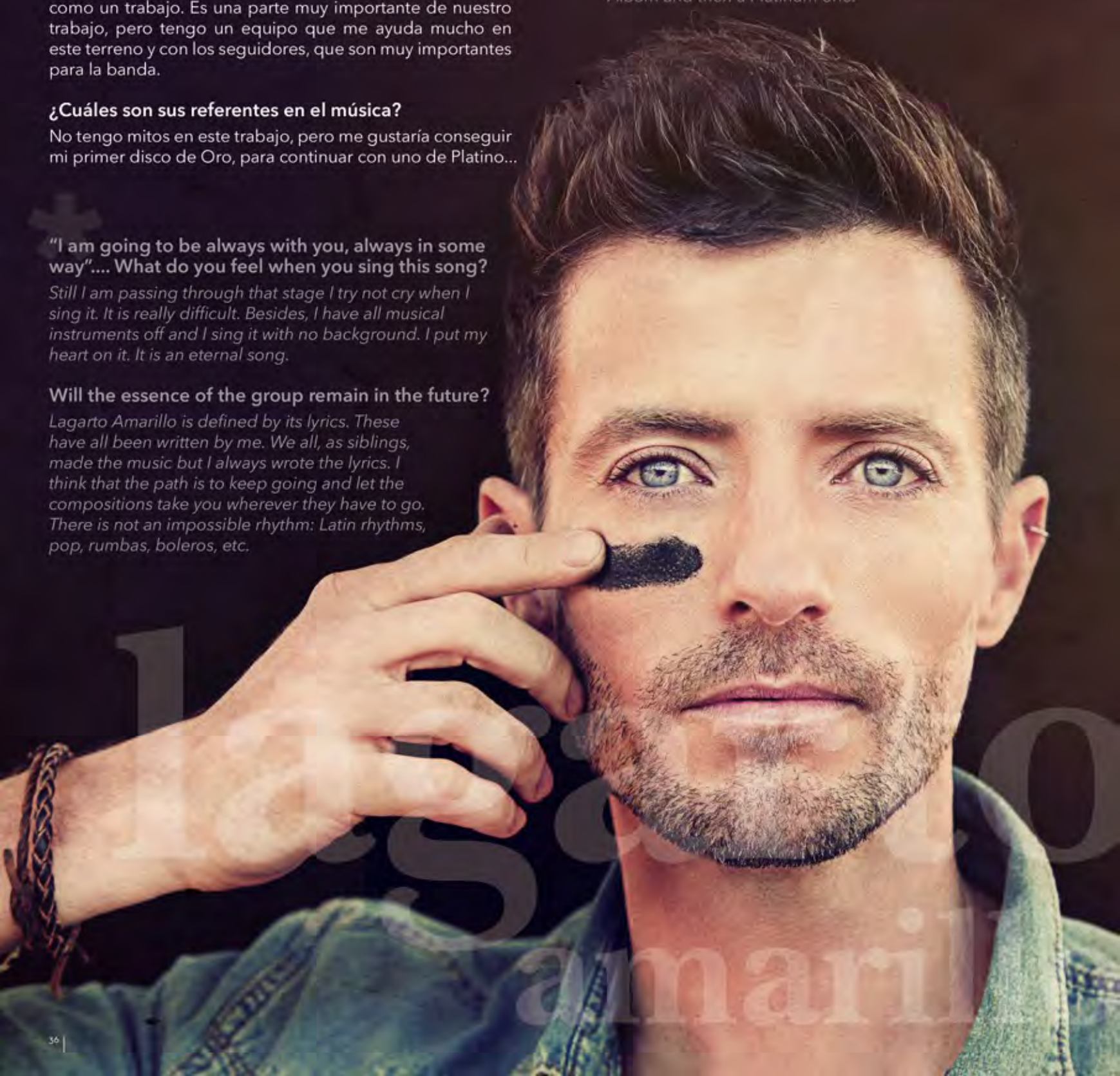
**LA RED SOCIAL QUE MÁS ME
ATRAE ES INSTAGRAM**
THE SOCIAL NETWORK THAT ATTRACTS
ME THE MOST IS INSTAGRAM

What is your opinion about the social networks? Do you work with them?

I deeply hate them (laughs). I think one must be honest (laughs). I do not like them but I recognize that they are incredible tools. The one that attracts me the most is Instagram. I have to say that sometimes it hooks me but I do not want this to be a job. It is a really important part of our work. That is why we have a team that assists me with these matters and the followers. The fans are really important to us.

What are your musical references?

I do not have myths but I would love to achieve my first Gold Album and then a Platinum one.



IMED HOSPITALES NUEVOS CENTROS EN GANDÍA Y ALCOY

**IMED HOSPITALS
TWO NEW CENTERS IN
GANDÍA AND ALCOY**



Se consolida de esta forma como el grupo con mayor implantación en el levante peninsular.

Fund as the group with biggest implementation on the peninsular east.

El grupo IMED Hospitales acaba de cerrar la adquisición de dos centros médicos ubicados en Alcoy y Gandía, que se incorporarán en los próximos meses a su red asistencial. Los centros que IMED integrará son el Sanatorio San Jorge en Alcoy y el Centro Médico Gandía en la capital de La Safor. Tras la apertura de IMED Valencia en 2017 y con estas nuevas adquisiciones, IMED se sitúa como el grupo hospitalario privado con mayor influencia en la Comunidad Valenciana.



IMED Hospitals group just closed the acquisition of two medical centers settled in Alcoy and Gandía, that will be included to their welfare network on the next months.

The centers that IMED will incorporate are the San Jorge Sanatorium and the Gandía Medical Center on the capital of La Safor.

After the opening of IMED Valencia in 2017 and with these new acquisitions, IMED is the private hospital group with most influence on the Valencian Community.

Estos dos nuevos centros se suman a la red asistencial que IMED dispone en la Comunidad Valenciana con hospitales en Benidorm, Elche y Valencia, y policlínicas en Teulada y Torrevieja

It is planned that during this year begins the reform works and equipment needed so these two centers adapt to the quality standards of the group and be a member of the welfare network of IMED Hospitals. "During 2018 these two centers will proceed in our network and will be named IMED Alcoy and IMED Gandía", declared from IMED.

*These two new centers join to the welfare network that IMED has on the **Valencian Community** with hospitals in Benidorm, Elche and Valencia, and polyclinics in Teulada and Torrevieja.*

El Sanatorio San Jorge es un centro con una larga trayectoria en la ciudad de Alcoy. "Está prevista una inversión de 4 millones de euros en este centro con el objetivo de dar un nuevo impulso a la oferta de sanidad privada en la ciudad de Alcoy y su comarca. Las instalaciones y el equipamiento del Sanatorio San Jorge precisaban una modernización que ahora nosotros pretendemos acometer", han declarado fuentes de IMED. Está previsto que las obras de adecuación del centro acaben en septiembre del presente año. Cuando acabe la reforma el nuevo IMED Alcoy contará con unas instalaciones de 3.000 metros cuadrados y contará con: 15 consultas externas, 2 quirófanos, 20 habitaciones, servicio de urgencias 24h y área de diagnóstico por imagen totalmente equipada con tecnología de última generación.

Está previsto que durante el presente año se acometan las obras de reforma y equipamiento necesarias para que estos dos centros se adecúen a los estándares de calidad del grupo y pasen a formar parte de la red asistencial de IMED Hospitales.

"Durante el 2018 estos dos centros operarán dentro de nuestra red y pasarán a denominarse IMED Alcoy e IMED Gandía", han declarado desde IMED.

San Jorge Sanatorium is a center with wide track record in the city of Alcoy. "It is planned a 4 million of Euros investment on this center with the objective of giving a new impulse to the private sanitary offer in the city of Alcoy and its region. The facilities and equipment of the San Jorge Sanatorium require an upgrade that now we want to achieve", declared IMED sources. It is planned that the suitability works of the center finish in September of this year. When the reform of the new IMED Alcoy finishes, it will have facilities of 3.000 square meters and will have: 15 outpatient's consultations, 2 OR, 20 rooms, 24h emergency service and imaging diagnosis area fully equipped with last generation technology.



Por su parte, el Centro Médico Gandía es un centro que cuenta con 2.800 metros cuadrados y que se ubica en la capital de la comarca de La Safor. IMED pretende invertir 3 millones para la adecuación y equipamiento de IMED Gandía y llevar a cabo una reforma que se pretende que esté finalizada durante el mes de junio. *"Gandía es también una incorporación estratégica a la red de IMED, con la que podemos decir que ofrecemos nuestra asistencia sanitaria en toda la costa desde Torrevieja a Valencia"*. Cuando acaben las obras de adecuación el nuevo IMED Gandía contará con unas instalaciones con: 20 consultas externas, 2 quirófanos, 12 habitaciones, servicio de urgencias 24h y área de diagnóstico por imagen.

"Hemos pasado en menos de 15 años de tener un hospital en Benidorm a disponer de una red asistencial con 7 centros sanitarios, más de 1000 empleados y 400 profesionales colaboradores externos", ha declarado Ángel Gómez, consejero delegado de IMED. *"Nuestro objetivo es consolidarnos como el referente de la sanidad privada en nuestra área de influencia"*, ha añadido Gómez.

Otros proyectos

Durante 2018 está previsto que IMED abra también un centro de radioterapia en la ciudad de Murcia, dando el salto por primera vez fuera de la Comunidad Valenciana. El centro se ubicará sobre una parcela situada en la zona de la Nueva Condomina.

Antes del verano también está previsto el traslado de la Policlínica IMED Teulada a un nuevo edificio, que se encuentra actualmente siendo reformado. El cambio de sede supondrá triplicar la actual capacidad del centro.

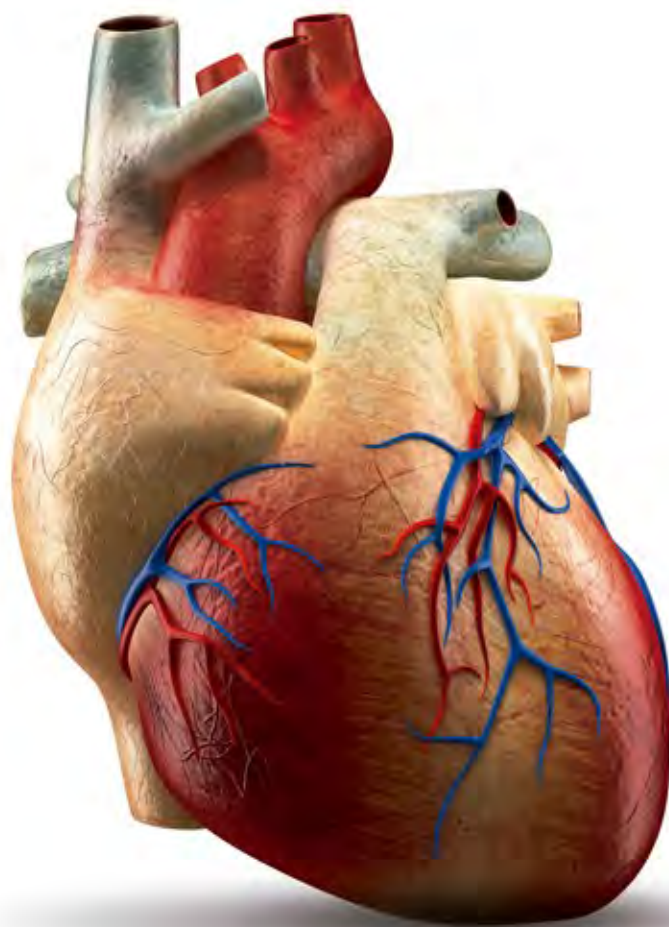


Meanwhile, Gandía Medical Center is a center that has 2.800 square meters and that is settled on the capital of the region of La Safor. IMED plans to invest 3 million for the reform and equipment of IMED Gandía and makes a reform that will be finished during the month of June. *"Gandía is also a strategic incorporation to the IMED network, so we can offer our sanitary assistance in the entire coast from Torrevieja till Valencia"*. When the reform works finishes, the new IMED Gandía will have facilities with: 20 outpatient's consultations, 2 OR, 12 rooms, 24h emergency service and imaging diagnosis area.

"On the beginning we only had a hospital in Benidorm and in less than 15 years we have now a welfare network with 7 sanitary centers, more than 1000 employees and 400 external collaboration professionals", declared Ángel Gómez, managing director of IMED. *"Our objective is to be the reference in private health in our area of influence"*, added Gómez.

Other projects

During 2018 is planned that IMED open also a radiotherapy center in the city of Murcia, taking the plunge for the first time outside the Valencian Community. The center will be settled in a plot settled on the Nueva Condomina area.



Sin este músculo los demás no funcionan

NUEVO CHEQUEO CARDIOVASCULAR PARA DEPORTISTAS

IMED ha desarrollado un chequeo especializado para la prevención de problemas cardiovasculares en personas que practican deporte. No olvides que sin el corazón, los demás músculos no funcionan.

 Factor humano
Tecnología punta

 **IMED**
HOSPITALES

IMED LEVANTE: C/ Ramón y Cajal, 7 | 03503 Benidorm | Tel. 966 87 87 87 | levante@imedhospitales.com | www.imedlevante.com

IMED ELCHE: C/ Max Planck, 3 | 03203 Torrellano, Elche | Tel. 966 91 51 51 | elche@imedhospitales.com | www.imedelche.com

IMED VALENCIA: Avenida de la Ilustración, 1 | 46100 Burjassot, Valencia | Tel. 963 00 30 00 | valencia@imedhospitales.com | www.imedvalencia.com

PAUTAS ALIMENTARIAS PARA LOS MÁS PEQUEÑOS

FEEDING GUIDELINES
FOR CHILDREN



Adquirir buenos hábitos alimentarios en la infancia es fundamental para la salud de los niños, tanto en el presente como en el futuro. Además, la alimentación saludable permite combatir un mal de los últimos tiempos: la obesidad infantil. Un pediatra ofrece recomendaciones para que los más pequeños lleven una dieta adecuada.

"El sobrepeso, la obesidad y las enfermedades conexas son, en gran medida, evitables. Por consiguiente, hay que dar una gran prioridad a la prevención de la obesidad infantil", destaca la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Los especialistas de la Asociación Española de Pediatría afirman que los padres son los encargados de que los alimentos sean variados y nutritivos, pero la cantidad siempre la suelen decidir los niños.

Los pediatras indican que nunca se debe obligar a un niño a comer algo que no le gusta. "Teniendo en cuenta la gran cantidad de alimentos saludables que tenemos a nuestro alcance en la actualidad, es absurdo. Además, está la cuestión moral de que supone una humillación y una falta de cariño y consideración a su persona", relata.



★ Acquiring adequate feeding habits during the childhood is key for our children's health. Besides, healthy feeding habits help preventing a common current problem: children obesity. Now, a paediatrician gives us some pieces of advice so our children follow a proper diet.

According to the World Health Organization (WHO), overweight and obesity, as well as the diseases associated to them can, in a great scale, be prevented. That is why we should all give them the attention they deserve.

The specialists of the Spanish Association of Paediatrics affirm that parents are the ones in charge of the variety and nutritional values of the food; however, children are the ones who decide the quantity.

The paediatricians indicate that we must never force kids to eat something they do not like. This is absurd if we have into account the amount of healthy food there is. Besides, there is the moral question of humiliating our children and demonstrating them less love and consideration.

"La obesidad infantil es uno de los problemas de salud pública más graves del siglo XXI."

Child obesity is one of the most terrible problems the social health system faces during this XXI century.

"No hay establecido ningún número de comidas en los estudios más serios. Lo importante no es el número, sino la calidad y cantidad de comida que se le ofrece al niño."

"There is not an established number of daily meals. The number is not so important as the quality and quantity of the food given to our children."



"La obesidad infantil es uno de los problemas de salud pública más graves del siglo XXI", subraya la Organización Mundial de la Salud (OMS). Esta entidad manifiesta que los niños obesos y con sobrepeso tienden a seguir siendo obesos en la edad adulta y tienen más probabilidades de padecer, a edades más tempranas, enfermedades no transmisibles como la diabetes y las patologías cardiovasculares.

"El sobrepeso, la obesidad y las enfermedades conexas son, en gran medida, evitables. Por consiguiente, hay que dar una gran prioridad a la prevención de la obesidad infantil", destaca. Para la OMS, el objetivo de la lucha contra la epidemia de obesidad infantil consiste en lograr un equilibrio calórico que se mantenga a lo largo de toda la vida.

Para ello, es fundamental afianzar un estilo de vida saludable desde la infancia, en el que la alimentación juega un papel primordial.

Así, Carlos Casabona, pediatra, autor del libro "Tú eliges lo que comes" y del blog del mismo título, señala que los niños, al igual que el resto de la familia, tienen que tomar alimentos saludables, entre los que deben predominar los de procedencia vegetal sobre los de origen animal.

Respecto a la distribución a lo largo del día, afirma que puede ser "totalmente aleatoria".



According to the World Health Organization (WHO), child obesity is one of the most terrible problems the social health system faces during this XXI century. This organization points out that children who suffer obesity and overweight will continue to suffer this problems during their adult stage. As a result, they will be easily affected by diseases like diabetes and some cardiovascular pathologies in early ages.

Overweight, obesity, and other related problems can be, in a great extent, prevented. That is why we must give special attention to preventing obesity during the childhood. To the WHO, the objective of the struggle against this epidemic is to achieve a caloric balance that can be maintained throughout everybody's lives.

In order to do so, following a healthy life style since childhood is a key aspect. That is why the feeding habits are so important.

Carlos Casabona, paediatrician and author of the book: "Tú eliges lo que comes" (You choose what you eat) and the blog with the same title, points out that both families and the kids should eat healthy food. In other words, vegetables should prevail over the food obtained from animals.

In terms of meal times and types, he says that anytime is perfect and that there might be a random distribution of the food.



“Si son muy pequeños, con respetar su apetito es más que suficiente”

“If children are too young to do this; we just have to respect their appetite. It is as simple as that.”

AGRADABLE Y CORDIAL

“El ambiente a la hora de comer en familia ha de ser agradable y cordial”, afirma Carlos Casabona.

El pediatra señala que esto desaparece en el momento en el que alguien obliga, insiste o alza la voz para que el niño acabe el plato o coma algo que no le gusta.

El experto indica que hay algunas estrategias que suelen funcionar para que comer en familia sea “un acto verdaderamente saludable”, por ejemplo, que los niños ayuden a elegir los alimentos en el mercado, colaboren en su preparación en casa o pongan la mesa. Casabona insiste en que nunca se debe obligar a los niños a comer un alimento que no les gusta, pues lo único que conseguiremos es que lo odien durante décadas.

“Teniendo en cuenta la gran cantidad de alimentos saludables que tenemos a nuestro alcance en la actualidad, es absurdo. Además, está la cuestión moral de que supone una humillación y una falta de cariño y consideración a su persona”, relata.

El especialista añade que, tanto Carlos González, pediatra que ya hablaba de esto hace 20 años en su libro “Mi niño no me come”, como el dietista-nutricionista Julio Basulto, en su libro “Se me hace bola”, lo han dejado más que claro. Por lo tanto, reitera que es un error obligar a los niños a comer.

Respecto al hábito, en otro tiempo muy común, de castigar o recompensar a los niños con comida, Casabona señala que “afortunadamente ya no se castiga a los niños con comida que aborrezcan pero sí que está a la orden del día premiarles, ante cualquier logro, con comida insana”.

En este sentido, el pediatra aconseja ofrecer a los niños como premio una brocheta de fruta con algunos elementos vistosos y poco frecuentes como el mango o la papaya.

PLEASANT AND WARM

The environment when there is a family meal should be pleasant and warm, says Carlos Casabona.

This paediatrician affirms that this environment fades away as soon as someone tries to force the child to eat or raises the voice in order to make kids finish their meals or eat something they do not like. The expert says that there are several strategies that can work in order to make the family meal time a really functional and healthy one. For instance, we can ask children to help us select the products we buy in the supermarket and to cook and prepare them.

Casabona also affirms that we must never force our children to eat something they do not like; this will only result on them hating this food for many years. Having into account the amount of healthy food there is, it is absurd to do this. Besides, there is the moral question of humiliating our children and demonstrating them less love and consideration.

This specialist adds that both paediatrician Carlos González, who talked about this 20 years ago in his book “Mi niño no come” (My child does not eat), and the nutritionist and dietician Julio Basulto with his book “Se me hace bola” (I cannot swallow it), have let this matter really clear. It is a huge mistake to force our children to eat.

Related to the habit, which was really common many years ago, to punish or reward our children with food, Casabona points out that “fortunately children are no longer punished to eat food they do not like; however, it is a trend to reward them, after any accomplishment, with unhealthy food.” In this sense, the paediatrician explains that children should be rewarded with fruit brochettes, for example. Parents could use some fruit like mango and papaya.

NUESTROS SERVICIOS

- Implantología
- Diagnóstico por imagen
- Periodoncia
- Endodoncia
- Odontopediatría
- Implantología
- Ortodoncia
- Estética dental
- Prótesis sobre implantes
- Prevención
- Cirugía maxilofacial

Primera valoración GRATUITA

FINANCIACIÓN sin intereses

La unidad de odontología
de **IMED Hospitales**

Un ictus se produce cuando un vaso sanguíneo que lleva sangre al cerebro se rompe o bien es taponado por un coágulo u otra partícula. Entonces, parte del cerebro no consigue el flujo sanguíneo que necesita.

Un dolor de cabeza intenso que aparece de manera repentina, dificultad para hablar y un trastorno brusco de la sensibilidad en la cara, el brazo o la pierna, especialmente en un lado del cuerpo, son algunos de los síntomas más habituales del ictus.

“Si un paciente que ha sufrido un ictus es atendido por un neurólogo en las primeras horas, la probabilidad de fallecer o quedar con una discapacidad grave se reduce a la mitad”, destaca el doctor Jaime Gállego Culleré.

** An ictus occurs when a blood vessel that takes the blood to the brain breaks or is blocked by a blood clot or any other particle. That is why the brain does not receive the blood flow it needs.*

An intense headache that appears all of a sudden, some difficulty to talk, or a disorder with the face, arm, or leg sensitivity (especially in one side of our body), are among the most common symptoms one can experience before it happens.

If a patient who has suffered an ictus receives the immediate attention of a neurologist, the possibility of suffering a serious disability or even death reduces in a half, points out Dr. Jaime Gallego Culleré.

PUEDEN APARECER A CUALQUIER EDAD
IT MAY OCCUR AT ANY AGE

Cada dos segundos una persona sufre un ictus en el mundo. Cada seis, alguien muere debido a un ictus. Asimismo, cada seis segundos, la calidad de vida de alguien cambia para siempre como consecuencia del ictus. Estos son datos aportados por la Organización Mundial del Ictus, que indica que una persona de cada seis lo sufrirá a lo largo de su vida.

Un ictus se produce cuando un vaso sanguíneo que lleva sangre al cerebro se rompe o bien es taponado por un coágulo u otra partícula. Entonces, parte del cerebro no consigue el flujo sanguíneo que necesita.

Every two seconds, one person suffers an ictus in the world. Every six seconds, someone dies because of it. This same way, every six seconds, someone's quality of life changes forever as a result of an ictus. These are some information provided by the World Ictus Organization. This organization also points out that one out six people will suffer an ictus.

An ictus occurs when a blood vessel that takes the blood to the brain breaks or is blocked by a blood clot or any other particle. That is why the brain does not receive the blood flow it needs.

ICTUS, CADA SEGUNDO CUENTA

ICTUS, EVERY SECOND COUNTS

El ictus se manifiesta súbitamente y puede tener consecuencias muy graves. Reconocer sus síntomas y pedir ayuda médica especializada de inmediato es clave para superarlo y para evitar posteriores secuelas.

An ictus is a sudden event that may have some serious consequences for someone's health. Recognizing its symptoms and asking immediately for medical assistance are key aspects to overcome it and avoid further sequels.

ATENCIÓN A ESTOS SÍNTOMAS

- * Trastorno brusco de la sensibilidad en la cara, el brazo o la pierna, especialmente en un lado del cuerpo
- * Debilidad repentina en esas zonas
- * Dificultad para hablar o para comprender lo que se habla
- * Trastorno súbito de la visión en uno o en los dos ojos
- * Dificultad para caminar, pérdida de equilibrio o de coordinación de los movimientos
- * Dolor de cabeza muy intenso, brusco y no habitual

"La consecuencia es que las células nerviosas del área del cerebro afectada no reciben oxígeno, por lo que se dañan y no pueden funcionar. Algunas células soportan muy poco tiempo la ausencia de sangre y mueren, pero otras son capaces de subsistir durante algunas horas. Por ello, es muy importante que se apliquen las medidas necesarias para el tratamiento de manera urgente", subrayan los especialistas de la Fundación del Cerebro.

"A pesar de que las posibilidades de sufrir un ictus aumentan considerablemente a partir de los 60 o los 65 años y que con el envejecimiento va incrementándose de forma progresiva la posibilidad de padecerlo, cualquier persona puede tener un ictus, ya sea joven o mayor, aunque hasta este momento haya disfrutado de una vida plena", expresa el neurólogo español Jaime Gállego Culleré, director del Centro Neurológico de Navarra.

"Si un paciente que ha sufrido un ictus es atendido por un neurólogo en las primeras horas, la probabilidad de fallecer o quedar con una discapacidad grave se reduce a la mitad", destaca el doctor Gállego.

Para el facultativo es "imprescindible concienciar a toda la opinión pública de la importancia del conocimiento del ictus y sus factores de riesgo, de los signos y síntomas de alarma del ictus y de que, si se produce un ictus, la información que se transmita a emergencias sea clara".

En este sentido, los especialistas de la Fundación del Cerebro destacan que los síntomas de un ictus aparecen bruscamente. "Dependerán de la zona del cerebro dañada por la alteración del flujo de sangre y pueden ser muy variados", apuntan.



ATTENTION TO THESE SYMPTOMS

- * Sudden disorder related to the face, arm, or leg sensitivity, especially in one side of the body
- * Sudden weakness experienced in the previous areas
- * Difficulty to speak or understand what people tell you
- * Sudden sight disorders, in one or the two eyes
- * Difficulty to walk, loose of balance or movement coordination
- * Intense and sudden headaches

"The main consequence of an event like this is that the nerve cells of the affected part of the brain do not receive oxygen. As a result, they are damaged and cannot work properly. Some cells die without blood flow; however, there are some others that can last for a few hours. That is why it is so important to take the necessary action as soon as possible", say the specialists of the Brain Foundation.

"Even though that the possibilities to suffer an ictus considerably increase after turning 60 or 65 years old, any person may suffer it no matter their age or life style", expresses the Spanish neurologist Jaime Gállego Culleré, Director of the Navarra Neurological Centre.

If a patient who has suffered an ictus receives the immediate attention of a neurologist, the possibility of suffering a serious disability or even death reduces in a half, points out Doctor Gállego. For this doctor it is compulsory to make people aware of the importance of knowing about an ictus, its risks factors, signs, symptoms, and what sort of information they have to convey doctors in the emergency room.

The specialists of the Brain Foundation highlight that the symptoms of an ictus appear all of a sudden, and that they would vary according to the affected part of the brain.

CONSEJOS QUE MEJORAN TU FERTILIDAD

¿Estás pensando en quedarte embarazada? ¿Estás en proceso de realizarte un tratamiento de Reproducción asistida? Si es así, es importante que conozcas algunos consejos sobre tus hábitos de vida que pueden influir en tu fertilidad.

Tener un hijo sano es el deseo de todos los futuros padres. La etapa previa a la concepción también es importante, es un momento único en nuestras vidas que requiere de cierta preparación mental y física.

CONTROL DE PESO

La obesidad en la mujer está relacionada a un mayor riesgo de aborto espontáneo y a complicaciones obstétricas. El embarazo es menos frecuente en mujeres con sobrepeso y obesidad, especialmente cuando te encuentras en un índice de masa corporal superior a 30.

También, si el índice de masa corporal es inferior a 20 puede ser que tengas dificultades para lograr el embarazo.

En el hombre la obesidad y el sobrepeso también pueden provocar problemas de fertilidad, una baja calidad espermática está asociada a este hecho.

El ejercicio regular moderado puede ayudar no solo a mantener un normopeso sino a buscar un equilibrio físico y mental ya que favorece que se reduzca el estrés.

Llevar un estilo de vida saludable puede mejorar la fertilidad

To have a healthy lifestyle can improve your fertility

TIPS TO IMPROVE YOUR FERTILITY

Are you thinking about getting pregnant? Are you thinking about taking an Assisted Reproduction treatment? If yes, it is important to know some tips about your life habits that can influence your fertility. To have a healthy baby is what all parents wish. The previous phase to conception is also important, it is a unique moment in our lives that requires some mental and physical preparation.

WEIGHT CONTROL

Woman obesity is related to a higher risk of spontaneous abortion and to obstetric complications. Pregnancy is less frequent in overweight and obese woman, especially when you have an upper 30 body mass index. Also, if the body mass index is under 20 maybe you can have problems to get pregnant.

In men, obesity and overweight can also cause fertility problems, a poor sperm quality is related with this fact.

To do regular and moderate sports can help not only to maintain a normal weight but also to find a mental and physical balance because it favours stress reduction.

REDUCIR EL TABACO, CAFEÍNA Y DROGAS

Los tóxicos son oxidantes de las células y tienen un efecto directo sobre la capacidad fértil de los gametos, tanto masculinos como femeninos. Además, pueden dificultar la circulación sanguínea, dificultando la implantación del óvulo en el útero.

Lo ideal sería que ya dejaras de fumar, no esperes al embarazo, reducir el consumo de cafeína y por supuesto, eliminar por completo el consumo de drogas.

TOBACCO, CAFFEINE AND DRUGS REDUCTION

Toxics are cell oxidizing and have a direct effect on the fertile capacity of the gamete, male and female. Moreover, it can hamper blood circulation, hindering the egg implementation in the uterus.

The perfect thing would be to stop smoking, don't wait till pregnancy, reduce caffeine intake and of course, eliminate drugs completely.



DISMINUIR EL CONSUMO DE ALCOHOL

La ingesta de alcohol en el hombre provoca disfunción eréctil y dificultad para la erección, así como una menor calidad del esperma en el hombre. En la mujer, reduce la fertilidad femenina y aumenta el riesgo de aborto espontáneo.

El consumo excesivo de alcohol es malo, mejor abandonarlo cuanto antes sin esperar al embarazo.

REDUCIR EL ESTRÉS

El estrés puede influir también en la fertilidad. Reducirlo incrementa las posibilidades de concepción.

El estrés actúa negativamente sobre la producción de ciertas hormonas que necesitas que actúen con la mayor regularidad si estás pensando en quedarte embarazada.

ALIMENTOS QUE POTENCIAN LA FERTILIDAD

La dieta mediterránea, rica en frutas y verduras y alimentos antioxidantes, es la ideal para mantener tu peso y mejorar tu fertilidad. Sin embargo, existen ciertos alimentos interesantes a potenciar, tales como: pescado azul por su alto grado en Omega-3 DHA, los cítricos y los frutos secos (sin sal).

Además, deberás poner tu foco de atención en otros a eliminar de tu dieta como son aquellos que contienen grasas trans (bollerías, patatas chips, fritos...) dichas grasas provocan el aumento de problemas cardiovasculares.

EL ESTADO EMOCIONAL

Un buen estado de ánimo estimula el sistema nervioso central y produce neurotransmisores que regulan la acción de las hormonas clave de la fertilidad. No descuides tu actividad sexual pues ésta aporta numerosos beneficios al organismo como la liberación de endorfinas. También la risa y sentirte relajado ayudan a conseguir el embarazo.

ALCOHOL REDUCTION

Alcohol in man causes erectile dysfunction and erection problems, and as well a lower quality of sperm. In woman, it reduces fertility and increases spontaneous abortion risk. An excessive intake of alcohol is bad, it is better to give it up before and not wait till pregnancy.

STRESS REDUCTION

Stress can influence also to fertility. Its reduction increase conception possibilities. Stress acts in a negative way in some hormones production that need a normal performance now that you are thinking about getting pregnant.

FOOD THAT ENCOURAGES FERTILITY

Mediterranean diet, good in fruit and vegetables and antioxidant food, is the most convenient to maintain your weight balanced and improve your fertility. However, there is some food that is recommended to eat, as: fatty fish because of its high Omega-3 DHA grade, citrics and nuts (without salt).

Moreover, you have to focus in some food and eliminate it from your diet as food that contains trans fat (pastries, chips, fried food, etc...) this fat causes cardio-vascular problems increase.

EMOTIONAL STATE

A good mood stimulates the central nervous system and produce neurotransmitters that regulates key hormone action of fertility. Don't overlook your sexual activity because it provides lots of benefits to the organism as endorphin liberation. Also laugh and feeling relaxed helps to achieve pregnancy.

www.vitafertilidad.com

Vita Benidorm

Calle Doctor Ramón y Cajal, 7 Benidorm (Alicante)
Tel. 966 878 782

Vita Elche

Calle Max Planck, 3 Elche (Alicante)
Tel. 966 878 782

UR IMED Valencia

Avda. de la Ilustración, 1 Burjassot (Valencia)
Tel. 963 003 017

www.urimedvalencia.com · info@urimedvalencia.com

EL DOLOR OROFACIAL DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO

El dolor orofacial, que afecta aproximadamente al 6% de la población adulta, es el resultado de un impulso doloroso provocado por lesiones en boca y cara. Su tratamiento, en ocasiones, es complejo ya que los nervios encargados en recoger la sensibilidad orofacial tienen una intrincada organización.

Aunque habitualmente es tratada por el odontólogo, en situaciones especiales el dolor orofacial requiere de un tratamiento multidisciplinar (traumatólogo, odontólogo, fisioterapeuta y psicólogo) aportando técnicas desde cada especialidad que contribuyan a que el paciente recupere su funcionalidad y una mayor calidad de vida ante el dolor.

Orofacial pain, that affects around 6% of the adult population, is the result of a painful impulse caused by face and mouth lesions. Its treatment, occasionally, is complicated because the nerves in charge of collecting the orofacial sensitivity have an intricate organization.

Even if normally is treated by the dentist, in some special cases the orofacial pain requires a multidisciplinary treatment (orthopedist, dentist, physiotherapist and physiologist) providing techniques on each specialty that help to the patient's functionality recovery and a better quality of life facing pain.



ESPECIALISTAS EN DOLOR OROFACIAL

OROFACIAL PAIN SPECIALISTS

Lo que es evidente es que debido a su complejidad requiere de médicos especialistas como el doctor Carlos Aguilar González, odontólogo experto en el tratamiento del dolor orofacial e integrado en el equipo médico de IMED Hospitales.

A continuación, el doctor Carlos Aguilar nos explica más detalles sobre su tratamiento.

El dolor orofacial es una especialidad dedicada a la prevención, diagnóstico y tratamiento de los trastornos dolorosos que afectan tanto al área oral como facial.

What is obvious is that because of its complexity it requires specialists as Dr. Carlos Aguilar González, expert dentist in orofacial pain treatment and integrated in the medical team of IMED Hospitals.

Dr. Carlos Aguilar explains more details about its treatment. The orofacial pain is a specialty dedicated to prevention, diagnosis and treatment of painful disorders that affects to the oral and face area.



OROFACIAL PAIN DIAGNOSIS AND TREATMENT



ESTOS TRASTORNOS INCLUYEN:

- * disfunción craneomandibular
- * dolor de origen neuropático
- * cefaleas
- * trastornos de origen intraoral
- * patologías intracraneal o extracraneal
- * patología sistémica que curse con dolor orofacial

El tratamiento puede incluir la prescripción de fármacos, tratamientos de fisioterapia, realizar procedimientos para disminuir el dolor de los pacientes, así como una importante labor de educación tanto a pacientes como familiares, acerca de esta patología.



Craniomandibular dysfunction

Within the symptoms of orofacial pain, craniomandibular dysfunction (CMD), or also called temporomandibular disorders (TMD), include all disorders that deal with chewing muscles and/or temporomandibular joints (TMJ). Craniomandibular dysfunction is the most frequent second cause of orofacial pain after dental pain. In case you answer yes to one of the next questions maybe you suffer from craniomandibular dysfunction:

- It is difficult for you to open the mouth?*
- Do you notice noise in your jaw joints?*
- Is your jaw sometimes fit in, blocked or dislocated?*
- Do you have pain in your cheeks or around your ears?*
- Do you have pain when you chew or yawn?*
- Do you feel that your way of chew is uncomfortable or it changed lately?*
- Did you suffer any trauma in the jaw, head or neck?*
- Did you ever have arthritis?*

The causes of craniomandibular dysfunction are not known. Normally are from multifactorial cause. Known causal factors include traumatism or lesions at orofacial level and degenerative joint pathology as arthritis. Other factors that are related to the perpetuation of the craniomandibular dysfunction are parafunctional habits as bruxism or teeth squeal, and cervical muscular and chewing stress.

Symptoms fluctuate over time in craniomandibular dysfunction that is a chronicle pathology. Treatment success of craniomandibular dysfunction is based in therapies focused in self-care techniques and the control of those factors that can worsen the symptoms.

Dr. Carlos Aguilar González

Odontólogo especialista en Dolor orofacial y Disfunción Cráneo mandibular.
IMED Dental Valencia

La disfunción craneomandibular

Dentro de los cuadros de Dolor Orofacial, la disfunción craneomandibular (DCM), o también llamada trastornos temporomandibulares (TTM), incluye todos aquellos trastornos que involucran a los músculos de la masticación y/o las articulaciones temporomandibulares (ATM). La disfunción craneomandibular es la segunda causa más frecuente de dolor Orofacial después del dolor dental. En caso de que conteste afirmativamente a una de las siguientes preguntas puede que usted padezca de disfunción craneomandibular:

- ¿Tiene usted dificultades para abrir la boca?
- ¿Nota ruidos en las articulaciones de su mandíbula?
- ¿Su mandíbula se queda alguna vez encajada o bloqueada?
- ¿Tiene dolor en las mejillas o alrededor de los oídos?
- ¿Tiene dolor al masticar o bostezar?
- ¿Siente que su forma de morder es incómoda o ha cambiado últimamente?
- ¿Ha sufrido algún traumatismo en la mandíbula, en la cabeza o en el cuello?
- ¿Ha tenido alguna vez artritis?

Las causas de la disfunción craneomandibular se desconocen. Normalmente suelen ser de origen multifactorial. Los factores etiológicos conocidos incluyen los traumas o lesiones a nivel orofacial y la patología articular degenerativa como la artritis. Otros factores que están asociados a la perpetuación de la disfunción craneomandibular son hábitos parafuncionales como el bruxismo o rechinar de los dientes, y la tensión muscular cervical y masticatoria.

La disfunción craneomandibular es una patología crónica en la que los síntomas fluctúan a lo largo del tiempo. El éxito en el tratamiento de la disfunción craneomandibular se basa en terapias enfocadas en técnicas de autocuidado y en el control de aquellos factores que agravan el cuadro.

THESE DISORDERS INCLUDE:

- * Craniomandibular dysfunction
- * Pain of neuropathic cause
- * Disorders of intraoral cause
- * Intracranial or extracranial pathology
- * Systematic pathology with orofacial pain

Treatment can include drugs prescription, physiotherapy treatments, procedures to decrease pain, as well as an important work of education for patients and family, about this pathology.

dental.imedhospitales.com

Dental Benidorm

Calle Doctor Ramón y Cajal, 7 Benidorm (Alicante)
Tel. 966.817 411

Dental Elche

Calle Max Planck, 3
Parque Empresarial, Torrellano Elche (Alicante)
Tel. 966 915 153

Dental Valencia

Avda. de la Ilustración, 1 Burjassot (Valencia)
Tel. 963 003 010



ICARDIO

Instituto Cardiológico e Imagen Cardíaca

SERVICIO DE CARDIOLOGÍA DEPORTIVA THE SPORTS CARDIOLOGY SERVICE 'BEST IN CLASS'

El hospital IMED Levante de Benidorm ha obtenido el reconocimiento 'Best in class' de la Comunitat Valenciana en la categoría de cardiología deportiva. "Nos hemos esforzado mucho en conseguir el servicio que tenemos y esto nos anima a la hora de seguir trabajando día a día", ha declarado la doctora M^a Dolores Masiá, responsable de la unidad. El servicio ha atendido ya a cientos de deportistas que se han sometido a las pruebas cardiológicas con el objetivo de conocer su estado de salud ante la práctica deportiva.



The Hospital IMED Levante of Benidorm had the acknowledgement of "Best in class" of the Valencian Community in the area of sports cardiology. "We worked hard to have this service and this encourages us to keep working all days", declared doctor M^a Dolores Masiá, head of the unit. The service already had hundreds of athletes that had cardiology tests to know their medical condition in sports practice.



El hospital viene apostando por este servicio especializado de cardiología deportiva desde hace más de tres años, cuando se incorporó la **Dra. M^a Dolores Masiá** y se dotó a la unidad con los medios tecnológicos necesarios para ofrecer al deportista un servicio de máximo nivel, que le permite obtener información para valorar su estado de salud y rendimiento deportivo. El servicio cuenta con ecógrafo de alta resolución, tapiz rodante y cicloergómetro de altas prestaciones, análisis de gases y todo el material necesario para desarrollar el reconocimiento con los máximos niveles de seguridad.

Además del personal médico, la unidad cuenta con enfermeras altamente especializadas en la realización de este tipo de pruebas.

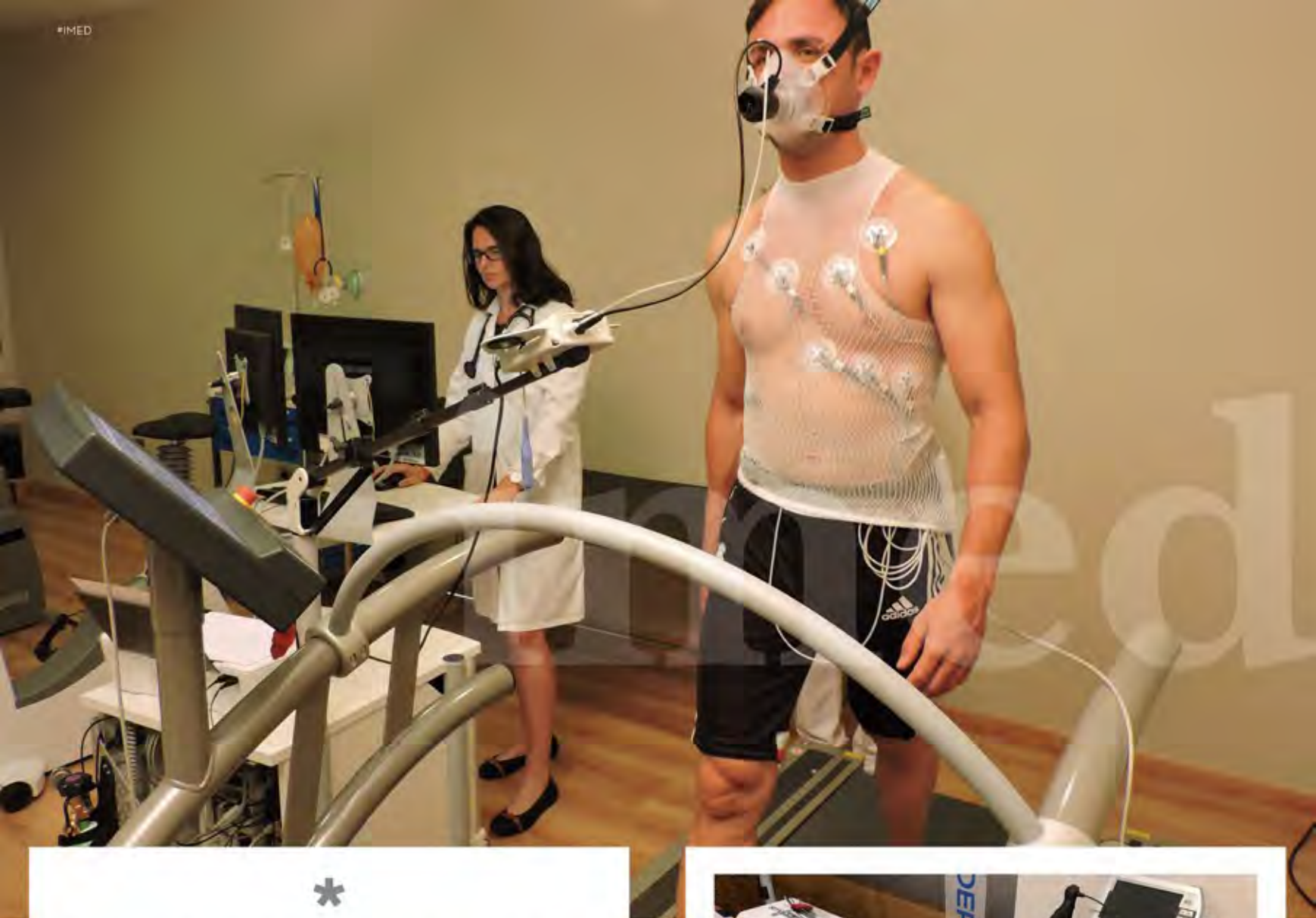
M^a Dolores Masiá se ha convertido además en uno de los referentes que ha tratado de realizar una labor certera y evangelizadora sobre la importancia de estas pruebas. *"Estamos intentando que todo el mundo se encuentre bien informado sobre todo lo relativo al reconocimiento médico, defendiendo una posición responsable sobre este tema y ajustando las pruebas realizadas a los diferentes perfiles de los deportistas"*, señala la **Dra. Masiá**. *"El deporte es la mejor manera de invertir en salud"*, apunta la doctora, tratando de calibrar la importancia y la incidencia que tienen los casos de muertes súbitas en deportistas.

Respecto a las pruebas que debería realizarse un deportista, la **Dra. Masiá** lo indica claramente, *"pensamos siempre en la prueba de esfuerzo, pero un chequeo deportivo debería contemplar siempre un electrocardiograma como prueba más básica y un ecocardiograma que nos permita ver la estructura del corazón y detectar posibles patologías con las que se nace. En menores de 35 años, el ecocardiograma llega a ser más importante que la famosa prueba de esfuerzo"*.

La **DRA. M^a DOLORES MASIÁ**

se formó específicamente en cardiología deportiva en el Consejo Superior de Deportes, centro en el que se valoran a numerosos deportistas de élite de nuestro país. Además, actualmente es una de las coordinadoras del Grupo de Trabajo de Cardiología del Deporte de la Sociedad Española de Cardiología y cuenta con la participación en numerosos foros y congresos nacionales sobre esta especialidad.

El servicio dirigido por la **Dra. M^a Dolores Masiá** ha obtenido el reconocimiento como servicio puntero en la Comunitat Valenciana.



The hospital bet for this specialized service in sports cardiology since more than three years, when Dr. M^a Dolores Masiá join the service and equipped the unit with the technological means needed to offer a high level service for the athlete, that let them have the information to value their medical condition and sports efficiency. The service has a high resolution ultrasound, treadmill and ergo-cycle of high quality, gasses tests and all the equipment needed to develop the study with the highest safety levels.

Beside the medical staff, the unit has high qualified nurses in this kind of tests.

M^a Dolores Masiá had become in one of the reference doctors that tried to perform an accurate and evangelizing work about this tests importance. *"We are trying that everybody is well informed about medical check-up, upholding a responsible position about this subject and adapting the performed tests to different athletes profiles"*, points out Dr. Masiá. *"Sport is the best way to invest in health"*, trying to calibrate the relevance and the impact that sudden death has in athletes.

Regarding the tests that an athlete should have, Dr. Masiá is very clear, *"we think allays on the stress test, but a sports check-up should have always an ecg as a basic test and an echocardiogram that let us see the heart's structure and discover possible pathologies with which you are born. In patients under 35 years, the echocardiogram is more important than the stress test"*.



About DRA. M^a DOLORES MASIÁ

was specialized in sports cardiology in the Superior Council of Sports, center in which many elite athletes of our country are evaluated. Moreover, nowadays is one of the coordinators of the Work Group of Sport's Cardiology of the Spanish Society of Cardiology and she is involved in many national forums and conferences about this specialty.

The service directed by Dr. M^a Dolores Masiá had the acknowledgment as cutting edge service of the Valencian Community.

SALMÓN AL HORNO CON VERDURAS

ONE-PAN ROASTED SALMON AND VEGETABLES

INGREDIENTES

- * Brócoli
- * Calabaza
- * Cebolla morada
- * Tomates cherry
- * 3 cucharadas de aceite de aguacate
- * 2 dientes de ajo
- * 1 cucharadita de pimientón
- * Filetes de salmón
- * Medio limón, en rodajas finas

CÓMO HACER LA RECETA

Precalentar el horno a unos 200°C y coloca papel para hornear sobre la bandeja.

Mezcla el brócoli, la calabaza, la cebolla y los tomates en una cacerola con 2 cucharadas de aceite. Recuerda que puedes usar cualquier tipo de verduras de temporada que te gusten.

Añade el ajo y el pimientón sobre las verduras y colocalas a un lado en la bandeja de horno.

Coloca el filete de salmón en el lado opuesto de la bandeja, con la ayuda de una brocha de cocina, reparte 1 cucharada de aceite sobre el pescado. Sazona ligeramente el salmón y las verduras con sal y pimienta.

Arregla rodajas de limón sobre salmón.

Hornee de 20 a 25 minutos o hasta que el salmón se desmenuce con un tenedor y las verduras comiencen a dorarse.

INGREDIENTS

- * 1 (12-oz) pkg broccoli florets
- * 1 yellow squash, cut into ¼-inch-thick slices
- * ½ red onion, cut into thin wedges
- * 1 cup cherry tomatoes
- * 3 Tbsp avocado oil, divided
- * 2 cloves garlic, minced
- * ¼ tsp crushed red pepper
- * 1 lb salmon fillet
- * ½ lemon, thinly sliced

HOW TO COOK IT

Preheat oven to 450°F; line a rimmed baking sheet with parchment paper.

Toss together broccoli, squash, onion, and tomatoes on prepared pan; drizzle with 2 Tbsp oil. Add garlic and red pepper; toss to coat. Arrange vegetables on one side of pan.

Place salmon fillet on opposite side of pan; brush with remaining 1 Tbsp oil. Lightly season salmon and vegetables with salt and pepper. Arrange lemon slices over salmon.

Bake 20 to 25 minutes or until salmon flakes with a fork and vegetables are beginning to brown.



INGREDIENTES para 2 pers.

- * 900 gr. de calabaza | pumpkin
- * 90 gr. de puerro | leek
- * 1 patata | potato
- * 1 zanahoria | carrot
- * 1/2 cebolla | onion
- * 4 cucharadas de aceite | olive oil
- * 1/2 l. de agua | water
- * nuez moscada | nutmeg
- * pimienta negra | black pepper
- * sal | salt

CREMA DE CALABAZA

PUMPKIN CREAM

HOW TO COOK THE PUMPKIN CREAM

First of all, you have to start preparing all the vegetables. Peel the onion and cut it into little dices. Do the same thing with the carrot. Peel the leek and cut and discard its green parts. After this, wash it and cut it into thin slices. Peel the potato and cut it into small dices.

Later, start with the pumpkin. Cut a piece of it and save it for the 1cm dices that will finally accompany the cream. Cut the other piece and chop it like the potato.

To cook everything, use a medium-size saucepan and pour 3 of the 4 olive oil spoons. Heat this and add all the vegetables and one salt teaspoon. Sauté all the ingredients for 10 minutes.

Right after this time, add the water and cover the saucepan. Cook at medium-high heat until the pumpkin is soft.

While the vegetables are cooking, sauté the reserved pumpkin dices. In a small pan, add the remaining olive oil spoon and the reserved small pumpkin dices. Cook at medium heat and slowly remove it until it gets a golden colour on the sides. Once this is ready, add a pinch of salt, one of black pepper, and another one of nutmeg.

When the vegetables are ready put them in another saucepan and add half of the broth where they were cooked. Use a blender to obtain a smooth and creamy purée. If you do not like it so thick, add some more broth and beat it again. Add salt if necessary.

Serve the pumpkin cream. Place the pumpkin dices in the centre of the dishes. Finally, sprinkle the dishes with some nutmeg and black pepper.

CÓMO HACER CREMA DE CALABAZA

Lo primero será preparar todas las verduras de nuestra crema de calabaza. Quitale la piel a la cebolla y córtala en varios trozos pequeños. Haz lo mismo con la zanahoria. Quitale lo verde al puerro, enjuégalo bajo el chorro del grifo y córtalo en rodajas finas. Pela la patata y corta en trozos pequeños.

Nos queda por preparar la calabaza. Corta un trozo y resérvalo para hacer los taquitos de calabaza que acompañan a la crema. El trozo que usaremos en la crema lo cortamos del mismo tamaño que las patatas y el trozo para los taquitos lo cortamos en trocitos cuadrados de algo menos de 1 cm.

Ahora coge una cacerola mediana y añade 3 de las 4 cucharadas de aceite. Pon a calentar a fuego medio y luego añade todas las verduras y una cucharada pequeña de sal. Rehoga durante 10 minutos removiendo para que toda la verdura tome una pizca de color. Pasados los 10 minutos añadimos el medio litro de agua y tapamos. Dejamos a fuego medio alto hasta que la calabaza esté blanda.

Mientras se cuecen las verduras vamos a saltear los taquitos de calabaza. En una sartén pequeña pon la cucharada de aceite que nos queda y los taquitos de calabaza que teníamos reservado. Deja a fuego medio removiendo para que se dore ligeramente por todos lados. Cuando estén listos añade una pizca de sal, otra de pimienta negra y otra de nuez moscada.

Cuando la verdura esté lista pásala con una espumadera a otra cacerola y añade la mitad del caldo en que se han cocido. Con una batidora haz un puré hasta que quede una crema bien fina. Si te gusta menos espesa añade un poco más de caldo y vuelve a pasar la batidora. Prueba de sal.

Sirve la crema de calabaza en cada plato. Reparte los taquitos colocándolos en el centro y por último espolvorea todo con una pizca más de nuez moscada y pimienta.



IMED HOSPITALES

Hospital IMED Levante

Calle Doctor Ramón y Cajal, 7 Benidorm (Alicante)
Tel. 966 878 787
www.imedlevante.com • levante@imedhospitales.com

Hospital IMED Elche

Calle Max Planck, 3, Elche, Alicante
Tel. 966 915 151
www.imedelche.com • elche@imedhospitales.com

Hospital IMED Valencia

Avda. de la Ilustración, 1 Burjassot (Valencia)
Tel. 963 003 003
www.imedvalencia.com • valencia@imedhospitales.com

Policlínica IMED Teulada

Ctra. Nacional 332. Km. 181,5. Partida, el Pla. Teulada (Alicante)
Tel. 966 817 404
www.imedteulada.com • teulada@imedhospitales.com

Policlínica IMED Torrevieja

Avda. Rosa Mazón Valero s/n. C.C. Ozone. Torrevieja (Alicante)
Tel. 966 817 406
www.imedtorrevieja.com • torrevieja@imedhospitales.com

Centro Médico Gandía (próximo IMED Gandía)

Carrer de Daimús, 26, Gandía (Valencia)
Tel. 962 874 740

Sanatorio San Jorge (próximo IMED Alcoy)

Carrer Oliver, 55, Alcoy (Alicante)
Tel. 965 504 900

Ilahy Levante

Calle Doctor Ramón y Cajal, 7 Benidorm (Alicante)
Tel. 966 878 778
www.ilahy.es • benidorm@ilahy.es

Ilahy Elche

Calle Max Planck, 3 Elche (Alicante)
Tel. 966 915 154
www.ilahy.es • elche@ilahy.es

Ilahy Torrevieja

Avda. De Rosa Mazón Valero s/n
Centro Comercial Ozone. Torrevieja (Alicante)
Tel. 966 817 407
www.ilahy.es • torrevieja@ilahy.es

Ilahy Valencia

Avda. de la Ilustración, 1 Burjassot (Valencia)
Tel. 963 003 020
www.ilahy.es • valencia@ilahy.es

Vita Levante

Calle Doctor Ramón y Cajal, 7 Benidorm (Alicante)
Tel. 966 87 87 82
www.vitafertilidad.com • info@vitafertilidad.com

Vita Elche

Calle Max Planck, 3 Elche (Alicante)
Tel. 966 878 782
www.vitafertilidad.com • info@vitafertilidad.com

Dental Levante

Calle Ramón y Cajal 7 Benidorm (Alicante)
Tel. 966 817 411
www.dental.imedhospitales.com
levantedental@imedhospitales.com

Dental Elche

Calle Max Plank 3. Parque Empresarial. Torrellano (Elche)
Tel. 966 915 153
www.dental.imedhospitales.com
dentalelche@imedhospitales.com

Dental Valencia

Avda. de la Ilustración 1 Burjassot (Valencia)
Tel. 963 003 010
www.dental.imedhospitales.com
dentalvalencia@imedhospitales.com

Oftalvist IMED Levante (Servicio externo)

Calle Ramón y Cajal 7 Benidorm (Alicante)
Tel. 901 010 190
www.oftalvist.es • recepcion@oftalvist.es

Oftalvist IMED Elche (Servicio externo)

Calle Max Plank 3. Parque Empresarial Torrellano (Elche)
Tel. 901 010 190
www.oftalvist.es • recepcion@oftalvist.es

Oftalvist IMED Valencia (Servicio externo)

Avda. de la Ilustración 1 Burjassot (Valencia)
Tel. 901 010 190
www.oftalvist.es • recepcion@oftalvist.es

Oftalvist IMED Torrevieja (Servicio externo)

C.C. Ozone, Avda. Rosa Mazón Valero. s/n, Torrevieja (Alicante)
Tel. 901 010 190
www.oftalvist.es • recepcion@oftalvist.es

Neural IMED Levante (Servicio externo)

Calle Ramón y Cajal 7 Benidorm (Alicante)
Tel. 963 891 964
www.neural.es
info@neural.es

Neural IMED Elche (Servicio externo)

Calle Max Plank 3. Parque Empresarial Torrellano (Elche)
Tel. 963 891 964
www.neural.es
info@neural.es

Neural IMED Valencia (Servicio externo)

Avda. de la Ilustración 1 Burjassot (Valencia)
Tel. 963 891 964
www.neural.es
info@neural.es

UR IMED Valencia (Servicio externo)

Avda. de la Ilustración 1 Burjassot (Valencia)
Tel. 963 003 017
www.urimedvalencia.com
info@urimedvalencia.com

BANG & OLUFSEN

GRAN VÍA MARQUÉS DEL TURIA 75 – VALENCIA



moncly
CONCEPT



bangolufsen@bangolufsen-vaencia.com | Redes sociales: @bangolufsenvalencia | 961 348 012