

BIENESTAR

MAGAZINE

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

UZBEKİSTÁN UNA GRAN ATRACCIÓN TURÍSTICA A MAJOR TOURIST ATTRACTION



24

Novedades en tratamiento de la obesidad

32

Electrodos para personas ciegas

44

Sistema Witness en medicina reproductiva

50

Láser Holmium para la hiperplasia de próstata

68

Craneosinostosis en un bebé de 9 meses

#IMED #IMEDBREVES #WANDERLUST #ILAHY #PEOPLE #TECNOLOGÍA

#VITAFERTILIDAD #PSICOLOGÍA #IMEDDENTAL #ARTE #FOODIE



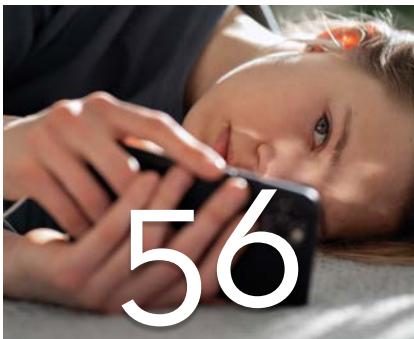
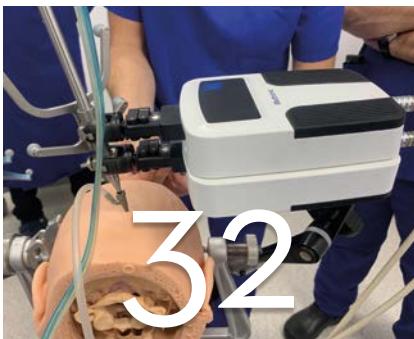
Te **mimamos** en cada kilómetro

Desde que visitas nuestros concesionarios, tu experiencia es nuestra prioridad. Te acompañamos durante todo el proceso, desde que te pones al volante de tu nuevo coche por primera vez hasta cada visita a nuestro servicio postventa. **Conducimos a tu lado.**

GRUPO SERRANO
AUTOMOCIÓN



gruposerranoautomocion.com



Acreditación para formación MIR
Accreditation for MIR training | 04

50 | Láser Holmium para la hiperplasia benigna de próstata
Holmium Laser for Benign Prostatic Hyperplasia or BPH

Noticias breves IMED
IMED Brief news | 10

56 | Adicción a la inteligencia artificial: ¿es posible?
Addiction to artificial intelligence: is it possible?

Uzbekistán, una gran atracción turística
Uzbekistan: A Major Tourist Attraction | 16

64 | MERCO reconoce a 3 hospitales de IMED
MERCO Ranks 3 IMED Hospitals

Unidad de Nutrición y Obesidad de clínicas ilahy
Nutrition and Obesity Unit at Ilahy Clinics | 24

68 | Primera operación de craneosinostosis a un bebé
The First Craniosynostosis Operation on a Baby

¿Qué fue de los protagonistas de "Friends"?
What happened to the stars of "Friends"? | 28

72 | Pasión por el flamenco
Passion for Flamenco

Microelectrodos en el cerebro de personas ciegas
Microelectrodes in the brain of blind people | 32

78 | Estofado de ternera
Lamb stew

Buques-batería para transportar electricidad
Battery Tankers to Transport Electricity | 38

79 | Strudel de manzana con masa madre y nueces
Apple strudel with sourdough and walnuts

Sistema Witness en los laboratorios de VITA
Witness System in the VITA laboratories | 44

80 | Bundt Cake de almendras y dulce de leche
Almond and dulce de leche bundt cake

Revista realizada y elaborada en su totalidad por

D
PRINT
GESTIÓN DE TALENTO

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

¡CONOCE NUESTRAS PROMOCIONES EN LEVANTE!



habitat Edetana

**PRECIO DESDE
386.500€**



Viviendas adosadas y pareadas

4 y 5 dormitorios

Piscina, zona infantil y pista de pádel

Cerca del centro de Alicante y la playa

En Vistahermosa



habitat Peña Alta

**PRECIO DESDE
447.500€**



Viviendas unifamiliares

4 y 5 dormitorios

Piscina, zona de juegos y gimnasio

Cerca del centro de Alicante y la playa

En Vistahermosa

900 100 420
habitatinmobiliaria.com

iDISPONIBLE RESERVA ONLINE!



habitatMas Camarena

**PRECIO DESDE
335.500€**

Viviendas unifamiliares de 4 y 5 dormitorios

9.000m² de zonas comunes con zonas verdes, piscina, gimnasio

Rodeado de naturaleza

A un paso de Valencia

Mas Camarena, en Bétera, junto al campo de Golf Escorpión



habitat Jardines de Benagéber

**PRECIO DESDE
270.500€**

Viviendas unifamiliares de 4 dormitorios

Zonas comunes con piscina y área de juegos infantiles

Todos los servicios a tu alcance

Jardines privados

San Antonio de Benagéber, a 12 km de Valencia

Infórmate en nuestras oficinas de venta:

Plaza Verdún, 3-Bajo, 46117 Bétera, Valencia

Gran Vía, 2-Bajo, 46004 Valencia

IMED VALENCIA

RECIBE ACREDITACIÓN PARA FORMACIÓN DOCENTE MIR EN CIRUGÍA ORTOPÉDICA Y TRAUMATOLOGÍA

El Hospital IMED Valencia se ha convertido en el primer hospital privado de la Comunidad Valenciana que podrá formar a especialistas en cirugía ortopédica y traumatología al recibir la acreditación del Ministerio de Sanidad. Los médicos que deseen formarse en esta especialidad podrán desarrollar su formación con los profesionales, tecnología e infraestructuras de este centro e integrarse en su funcionamiento.

MEDLINE
Ops Essential



IMED VALENCIA
RECEIVES ACCREDITATION
FOR MIR TRAINING IN ORTHOPAEDIC
SURGERY AND TRAUMATOLOGY

IMED Valencia Hospital has become the first private hospital in the Valencian Community to receive accreditation from the Ministry of Health to train specialists in orthopaedic surgery and traumatology. Doctors wishing to train in these specialities can develop their training alongside the professionals and using the technology and systems of a hospital whilst carrying out medical duties.



"Recibir esta acreditación es un hito para IMED Hospitales que reafirma que estamos llevando a cabo un trabajo muy importante por crear servicios médicos de primer nivel y estandarizar nuestros procesos ya no sólo asistenciales sino de tipo formativo y de investigación", ha declarado el Dr. Rafael Giménez, director médico corporativo de IMED Hospitales.

Esta acreditación llega como fruto del trabajo del grupo sanitario encaminado a poder realizar formación sanitaria especializada (comúnmente denominada formación MIR o de médicos internos residentes). El desarrollo de un programa de formación MIR ha sido una de las líneas que ha empezado a desarrollar el Grupo IMED Hospitales y que ha supuesto una apuesta por la formación en los hospitales que disponen de profesionales de prestigio y un volumen de actividad que permite a los futuros especialistas recibir una formación integral en las especialidades ofrecidas al Ministerio. Está previsto que, tras la acreditación de la especialidad de cirugía ortopédica y traumatología, se reciban otras acreditaciones conforme el Ministerio de Sanidad realice las correspondientes revisiones, tanto para el Hospital IMED Valencia como para el Hospital IMED Elche. "Conseguir esta acreditación demuestra la vocación docente y formadora del Grupo IMED Hospitales, que esperamos seguir proyectando y ampliando", ha señalado el Dr. Victor Gracia, Director Médico de Hospital IMED Valencia.

"Receiving this accreditation is a milestone for IMED Hospitales and confirms that we are creating first class medical services and standardising our procedures, not only in patient care but also in training and research," said Dr. Rafael Giménez, corporate medical director of IMED Hospitales.

This accreditation is as a result of the hospital group's work to establish specialised medical training (commonly known as MIR training or training for medical interns). The development of an MIR training programme has been one of the objectives of the IMED Hospitales Group. This development of the training programme has meant that the hospital group has made a commitment to attract prestigious professionals and have a volume of activity that allows future specialists to receive the comprehensive training in the specialities required by the Ministry. It is expected that, following the accreditation of the orthopaedic surgery and traumatology specialities, other accreditations will be obtained for the IMED Valencia and IMED Elche Hospitals from the Ministry of Health, as they carry out further reviews."

Achieving this accreditation validates the teaching and training mission of the IMED Hospitales Group, which we hope to continue to perform and expand," said Dr. Victor Gracia, Medical Director of IMED Valencia Hospital.



En el año 2027, según datos del 'Informe Oferta-Necesidad de Especialistas Médicos 2021-2035' del Ministerio de Sanidad, el Sistema Nacional de Salud necesitará cerca de 9.000 médicos más al año para cubrir sus necesidades.

Además, según datos de ASPE (Alianza por la Sanidad Privada Española) la edad media del facultativo en España es de 50 años, lo que supondrá un problema dentro de 15, cuando casi la mitad de los especialistas se jubile. Según los datos que maneja ASPE, la especialidad que acusará en mayor medida estas jubilaciones es cirugía ortopédica y traumatología, que perderá 284 médicos en el próximo lustro; 275, en los próximos 10; y 477 en los próximos 15 años. Es decir, en el año 2038, la sanidad privada tendrá 1.036 cirujanos ortopédicos y traumatólogos menos.

"Ante la coyuntura actual, en la que el sistema sanitario en su conjunto precisa de más profesionales, es importante que también desde la sanidad privada tengamos un compromiso firme con la formación de especialistas poniendo a disposición de la formación de los mismos la experiencia de los especialistas del Grupo IMED Hospitales, la tecnología e infraestructuras de nuestros hospitales y la financiación económica de dichas plazas como muestra de nuestro compromiso con la formación y la sostenibilidad del sistema", ha reflexionado el Dr. Giménez.

According to data from the Ministry of Health's 'Supply and Demand Report for Medical Specialists 2021-2035', the National Health System will need around 9,000 more doctors per year to cover its needs by 2027.

Furthermore, according to data from ASPE (Alianza por la Sanidad Privada Española), the average age of a doctor in Spain is 50, creating a problem in 15 years' time, when almost half of all specialists will retire. According to ASPE data, the speciality that will suffer most from these retirements is orthopaedic surgery and traumatology, which will lose 284 doctors in the next five years; 275 in the next 10 years; and 477 in the next 15 years. In other words, by 2038, private healthcare will have lost 1,036 orthopaedic surgeons and traumatologists.

"Given the current situation, the health care system in general, needs more professionals. It is important that we have a firm commitment from the private health care sector to train specialists by offering these specialists interns the experience of IMED Hospitales Group, including our hospitals' specialists, technology and systems and our funding of these internships as a sign of our commitment to the training and sustainability of the system," reflected Dr. Giménez.



La primera de muchas

La especialidad de cirugía ortopédica y traumatología es la primera de una lista con la que se está trabajando desde IMED. Tanto el hospital IMED Valencia como IMED Elche optan a disponer de más plazas para formación de médicos en las próximas convocatorias de plazas MIR y esperan recibir pronto las correspondientes acreditaciones.

The first of many

The orthopaedic surgery and traumatology specialists is the first on a list that IMED is working on. Both IMED Valencia and IMED Elche hospitals are hoping to have more places available for training doctors for the next MIR candidates and is expecting to receive more accreditations soon.

¿QUÉ ES LA FORMACIÓN SANITARIA ESPECIALIZADA O MIR?

Es la enseñanza con el sistema de residencia como procedimiento para la formación en todas las especialidades de ciencias de la salud (licenciaturas o grados universitarios de biología, bioquímica, enfermería, farmacia, física, medicina, psicología y química). En el ámbito de la medicina es comúnmente conocida como formación MIR.

Este sistema se basa en el aprendizaje centrado en el profesional, que consiste en una práctica clínica programada, supervisada y retribuida que permite asumir de forma progresiva las responsabilidades a medida que avanza el proceso formativo, con una vinculación laboral entre el Servicio de Salud y el especialista en formación. La duración de la formación sanitaria especializada depende de la especialidad. El acceso se realiza mediante una convocatoria anual de pruebas selectivas para acceder a las plazas de formación sanitaria especializada, publicada en el Boletín Oficial del Estado.

WHAT IS SPECIALISED HEALTH TRAINING OR MIR?

It is the internship teaching process for training all health related science specialities (including university degrees in biology, biochemistry, nursing, pharmacy, physics, medicine, psychology and chemistry). In the medical profession it is commonly known as the MIR training.

This system is an activity based learning consisting of a programme of supervised and paid clinical practice which gives progressively more responsibility as the training progresses and is monitored by the Health Service. The duration of the internship depends on the speciality being studied. Access to the internships is by means of an annual call for selective examinations, which is published in the Spanish Official State Gazette (BOE).



**Be Roadlover,
Be your way**



15% DTO.



Reserva tu coche en
Book your car in
centauro.net



**En este camino, tú marcas el ritmo
On this path, you set the pace
España, Italia, Portugal y Grecia
Spain, Italy, Portugal & Greece**



CARDIÓLOGOS DE IMED HOSPITALES SE REÚNEN PARA COMPARTIR CONOCIMIENTO Y MEJORAR SINERGIAS

CARDIOLOGISTS FROM IMED HOSPITALES MEET TO SHARE KNOWLEDGE AND IMPROVE SYNERGIES

En noviembre de 2023, los equipos de cardiología de IMED Hospitales se congregaron en una jornada en Elche para intercambiar proyectos y fomentar la colaboración entre centros del grupo. La reunión contó con representantes de varios hospitales.

El Dr. Alberto Cordero, cardiólogo en IMED Elche, inició la jornada con una charla sobre el "Riesgo cardiovascular permanente y el papel del icosapento de etilo". Posteriormente, el Dr. Ignacio Echeverría, jefe de cardiología, abordó el "Rol del TAC coronario en el entorno de IMED", generando un debate sobre la mejora de los resultados de esta prueba diagnóstica.

El Dr. Miguel Ángel López Aranda de IMED Levante discutió la "Cardiología asistencial y deporte", mientras que el Dr. Óscar Fabregat de IMED Valencia se centró en "Líneas de investigación en prevención cardiovascular y la necesidad de colaboración multicéntrica".

Las presentaciones buscaron sinergias y mejorar la calidad asistencial en IMED Hospitales. Según el Dr. Rafael Giménez, director médico corporativo, el encuentro permitió a los especialistas intercambiar información y prácticas eficientes, mientras que Montse Planelles, directora de RRHH corporativa, destacó la importancia de fortalecer la imagen de IMED como marca empleadora.

In November 2023, the cardiology teams of IMED Hospitales held a conference in Elche to exchange ideas and promote collaboration between the group's centres. The meeting was attended by representatives from several hospitals.

Dr. Alberto Cordero, cardiologist at IMED Elche, began the day with a talk on "Permanent cardiovascular risk and the role of icosapent ethyl". Subsequently, Dr. Ignacio Echeverría, head of cardiology, addressed the "Role of coronary CT in the IMED setting", generating a debate on improving the results of this diagnostic test.

Dr. Miguel Ángel López Aranda from IMED Levante discussed "Cardiology care in sport", while Dr. Óscar Fabregat from IMED Valencia focused on "Areas of research in cardiovascular prevention and the need for multicentre collaboration".

The presentations sought synergies to improve the quality of care at IMED Hospitales. According to Dr. Rafael Giménez, corporate medical director, the meeting allowed specialists to exchange information and efficient practices, while Montse Planelles, corporate HR director, stressed the importance of strengthening IMED's image as an employer brand.



IMED HOSPITALES

IMED VALENCIA E IMED GANDÍA, LOS PRIMEROS HOSPITALES PRIVADOS DE LA PROVINCIA CON EL SELLO QUALITY HEALTHCARE

IMED VALENCIA AND IMED GANDÍA, THE FIRST PRIVATE HOSPITALS IN THE PROVINCE TO RECEIVE THE QUALITY HEALTHCARE SEAL

IMED Valencia e IMED Gandía, los dos hospitales en la provincia de Valencia, fueron distinguidos con el premio QH (Quality Healthcare) en noviembre de 2023. Este reconocimiento, otorgado tanto a instituciones sanitarias públicas como privadas, destaca el compromiso con la excelencia en la calidad asistencial, basándose en una metodología que valora la excelencia como parte de una cultura de mejora continua.

Estos hospitales se convierten en los únicos centros hospitalarios privados en la provincia en recibir esta certificación. El reconocimiento, que debe renovarse periódicamente, es respaldado por un comité auditor que incluye a la Asociación Española para la Calidad, la Plataforma de Organizaciones de Pacientes, la Sociedad Española de Directivos de la Salud y el Instituto para el Desarrollo e Integración de la Sanidad.

El Dr. Rafael Giménez, director médico corporativo de IMED Hospitales, expresó su orgullo y destacó el compromiso continuo de la organización con la calidad asistencial.

Además, durante el evento, se presentaron los resultados del Estudio RESA, realizado por la Fundación IDIS, que destaca mejoras en los estándares sanitarios y la capacidad del sector privado para abordar desafíos como la pandemia, evidenciando una atención de calidad, accesibilidad y eficiencia.

IMED Valencia and IMED Gandía, the two hospitals in the province of Valencia, were recognised with the prestigious QH (Quality Healthcare) award in November 2023. This distinction, awarded to both public and private healthcare institutions, highlights the commitment to the excellence of healthcare quality, that is based on a methodology that values excellence as part of a culture of continuous improvement.

These hospitals are the only private hospitals in the province to receive this certification. The recognition, which must be renewed periodically, is backed by an audit committee that includes the Spanish Association for Quality, the Council of Patient Organizations, the Spanish Society of Health Managers and the Institute for the Development and Integration of Healthcare.

Dr. Rafael Giménez, corporate medical director of IMED Hospitales, expressed his pride and highlighted the organization's ongoing commitment to quality care.

In addition, during the event, the results of the RESA Study(private health sector performance indicators), conducted by the IDIS Foundation (Development and Integration Health Institute), were presented, highlighting improvements in healthcare standards and the capacity of the private sector to address challenges such as the pandemic, highlighting quality care, accessibility and efficiency.



IMED VALENCIA

NUEVA UNIDAD DE ENDOSCOPIAS DE IMED VALENCIA: INNOVACIÓN Y COMODIDAD PARA PACIENTES Y PROFESIONALES

NEW ENDOSCOPY UNIT AT IMED VALENCIA: INNOVATION AND COMFORT FOR BOTH PATIENTS AND PROFESSIONALS

La reciente apertura de la Unidad de Endoscopias en el edificio CREA, junto al Hospital IMED Valencia, supone un salto de calidad para la atención médica. La unidad, ubicada en el Hospital Virtual de la Universidad Católica de Valencia (UCV), surge de la colaboración entre ambas instituciones, buscando eficiencia y confort en pruebas endoscópicas. Con una estructura que incluye admisión, sala de espera, cuatro boxes equipados, sala de despertar y adaptación al medio, la meta es brindar servicio con tecnología de vanguardia y recursos humanos de primera categoría.

Se han incorporado torres de endoscopia de última generación y equipos de quirófano de primer nivel, digitalizando el 100% de los datos para accesibilidad instantánea. Se ha reforzado el equipo médico y de apoyo para atender la creciente demanda.

La unidad, abierta a profesionales externos, ofrece ventajas como un proceso fluido y seguro. Tras varios meses de funcionamiento, pacientes y profesionales expresan un alto nivel de satisfacción, destacando la agilidad, comodidad y atención del equipo. Este nuevo espacio especializado representa un avance significativo en la atención médica, consolidando la excelencia de IMED Valencia en innovación y cuidado del paciente.

The recent opening of the Endoscopy Unit in the CREA building, next to the IMED Valencia Hospital, represents a leap in quality of medical care. The unit seeks efficiency and comfort in endoscopic tests, stemming from a collaboration between the two institutions, and is located in the Virtual Hospital of the Catholic University of Valencia (UCV). The facility includes admission, waiting room, four equipped treatment rooms and an awakening and recovery room, with the aim of providing a service with both state-of-the-art technology and first-class professional care.

State-of-the-art endoscopy systems and first-class operating room equipment have been incorporated, digitizing 100% of the data for instant accessibility. The medical and support team has been reinforced to meet the growing demand.

The unit, open to external professionals, offers advantages such as a smooth and safe process. After several months of operation, patients and professionals said that they were very satisfied and highlighted the agility, comfort and attention of the team. This new specialized unit represents a significant advance in medical care, consolidating IMED Valencia's excellence in innovation and patient care.



IMED SIGUE APOYANDO EL DEPORTE IMED CONTINUES TO SUPPORT SPORT

IMED Hospitales demuestra su compromiso con los hábitos saludables y el apoyo del deporte de base a través de acuerdos con los principales clubes deportivos de las ciudades en las que tiene presencia.

En el presente año se ha vuelto a colaborar con el Valencia C.F. (equipo masculino y femenino), con el Elche C.F. (siendo el patrocinador principal del Illicitano y los equipos juveniles) y con C.D. Eldense.

El Club Balonmano Benidorm y el Club Balonmano Elche, equipos que compiten al máximo nivel nacional y que están presentes en competiciones europeas también han recibido el apoyo de IMED Hospitales.

Otros clubs como el Voleibol Villena-Petrer (que participa en División de Honor), el Balonmano Petrer, el Benidorm C.F., el Jove Español de San Vicente o el Basket Gandia también han colaborado con IMED en la difusión de hábitos y comportamientos saludables.

La sección deportiva de la Universidad de Alicante, que cuenta con varios atletas que están luchando por llegar a los JJOO de París o el equipo de motociclismo Finetwork MIR Racing Team han sido otras de los equipos deportivos con los que IMED Hospitales se ha implicado.

IMED Hospitales demonstrates its commitment to healthy activities and its support for grassroots sport through agreements with the major sports clubs in the cities where it operates.

This year it has once again collaborated with Valencia C.F. (men's and women's team), Elche C.F. (being the main sponsor of the Illicitano and youth teams) and C.D. Eldense.

Club Balonmano Benidorm and Club Balonmano Elche have also received support from IMED Hospitales and are teams that compete at the highest national level, and play in the European championships.

Other clubs such as Volleyball Villena-Petrer (which participates in the Division of Honour), Handball Petrer, Benidorm C.F., Jove Español de San Vicente and Basket Gandia have also collaborated with IMED in spreading the message of healthy habits and behaviours.

Other sports teams which IMED Hospitales has been involved with are the sports section of the University of Alicante, which has several athletes competing to reach the Olympic Games in Paris, and the Finetwork MIR Racing Team motorcycling.



IMED HOSPITALES PARTICIPA EN LA JORNADA DE INNOVACIÓN EN NEURORREHABILITACIÓN CELEBRADA EN LA UMH

IMED HOSPITALES PARTICIPATES IN THE NEURO-REHABILITATION INNOVATION CONFERENCE HELD AT UNIVERSIDAD DE MIGUEL HERNANDEZ

En junio de 2023, se llevó a cabo la Jornada de Innovación en Neurorrehabilitación en el Salón de Eventos del Edificio Quorum I, en el Campus de la UMH en Elche. El evento congregó a actores clave en innovación para la neurorrehabilitación, destacando la participación de IMED Hospitales a través de Laura Reche, terapeuta ocupacional. Empresas, emprendedores, investigadores y start-ups interesados en este ámbito se unieron al evento, que también ofreció transmisión en directo desde YouTube.

Durante la jornada, se realizaron presentaciones sobre investigaciones en tecnologías aplicadas a la neurorrehabilitación. Expertos como Nicolás García Aracil, director de la Unidad de Robótica e Inteligencia Artificial de la UMH, Igone Idigoras Leibar de Tecnalia y el Dr. Roberto Llorens de la UPV compartieron sus avances en el campo. La jornada resultó enriquecedora y exitosa, facilitando el intercambio de conocimientos y contactos en el sector.

La destacada participación de Laura Reche de IMED Hospitales, parte del acuerdo para la Cátedra de Tecnologías Avanzadas para la Rehabilitación con la UMH, aportó un valioso enfoque clínico al evento. Esta jornada se alinea con los objetivos de la Cátedra, de organizar actividades de divulgación y seminarios en el ámbito de la neurorrehabilitación.

In June 2023, the Conference on Innovation in Neurorehabilitation was held in the Events Hall of the Quorum I Building, at the UMH Campus in Elche. The event brought together key players in neurorehabilitation innovation, with IMED Hospitales being represented by Laura Reche, occupational therapist. Companies, entrepreneurs, researchers and start-ups interested in this field joined the event, which was also live streamed via YouTube.

During the day, presentations were given on technological research in neurorehabilitation. Experts such as Nicolás García Aracil, director of the Robotics and Artificial Intelligence Unit of the UMH, Igone Idigoras Leibar from Tecnalia and Dr. Roberto Llorens from the UPV(Universidad Politécnica de Valencia) shared their advances in the field. The day was enriching and successful, facilitating the exchange of knowledge and contacts in the sector.

The outstanding participation of Laura Reche from IMED Hospitales, invited by the Department of Advanced Rehabilitation Technologies with UMH, brought a valuable clinical focus to the event. The event aligned with the objectives of the department, which is to organize outreach activities and seminars in the field of neurorehabilitation.



'EL PRINCIPIO DE LAS ILUSIONES' RECIBE SU BROCHE FINAL EN EL TEATRE EL MUSICAL

"THE BEGINNING OF ILLUSIONS" PERFORMS ITS FINALE AT THE TEATRE EL MUSICAL

La colaboración entre el área de neuropediatria del hospital IMED Valencia, DKV Arteria, y el Festival 10 Sentidos culminó con éxito con una actuación en el Teatre el Musical de Valencia. El proyecto 'El principio de las ilusiones' ofreció una exposición, una performance artística y la presentación de un documental sobre las actividades artísticas de niños con patologías neuropediátricas.

Guiados por el Festival 10 Sentidos y profesionales de las artes, se realizaron talleres en el hospital IMED Valencia con el apoyo de DKV Arteria. El proyecto buscaba resaltar la capacidad transformadora del arte en situaciones de vulnerabilidad, fomentando el bienestar emocional de los niños.

La iniciativa concluyó con una conmovedora performance protagonizada por siete niños en el Teatre Musical, combinando instalación plástica, sonido, teatro y movimiento.

La colaboración representa un compromiso con la diversidad y la construcción de ilusiones, conectando a los niños con pensamientos esperanzadores más allá de sus circunstancias personales. La Dra. Natalia Julve, jefa de Pediatría de IMED Valencia, subrayó la importancia de iniciativas que enriquecen la vida de niños con patologías neuropediátricas.

The collaboration between the neuropediatric unit of the IMED Valencia hospital, DKV Arteria, and the "10 Senses Festival" culminated successfully with a performance at the Teatre El Musical in Valencia. The project "The beginning of illusions" offered an exhibition, an artistic performance and the presentation of a documentary about the artistic activities of children with neuropaediatric pathologies.

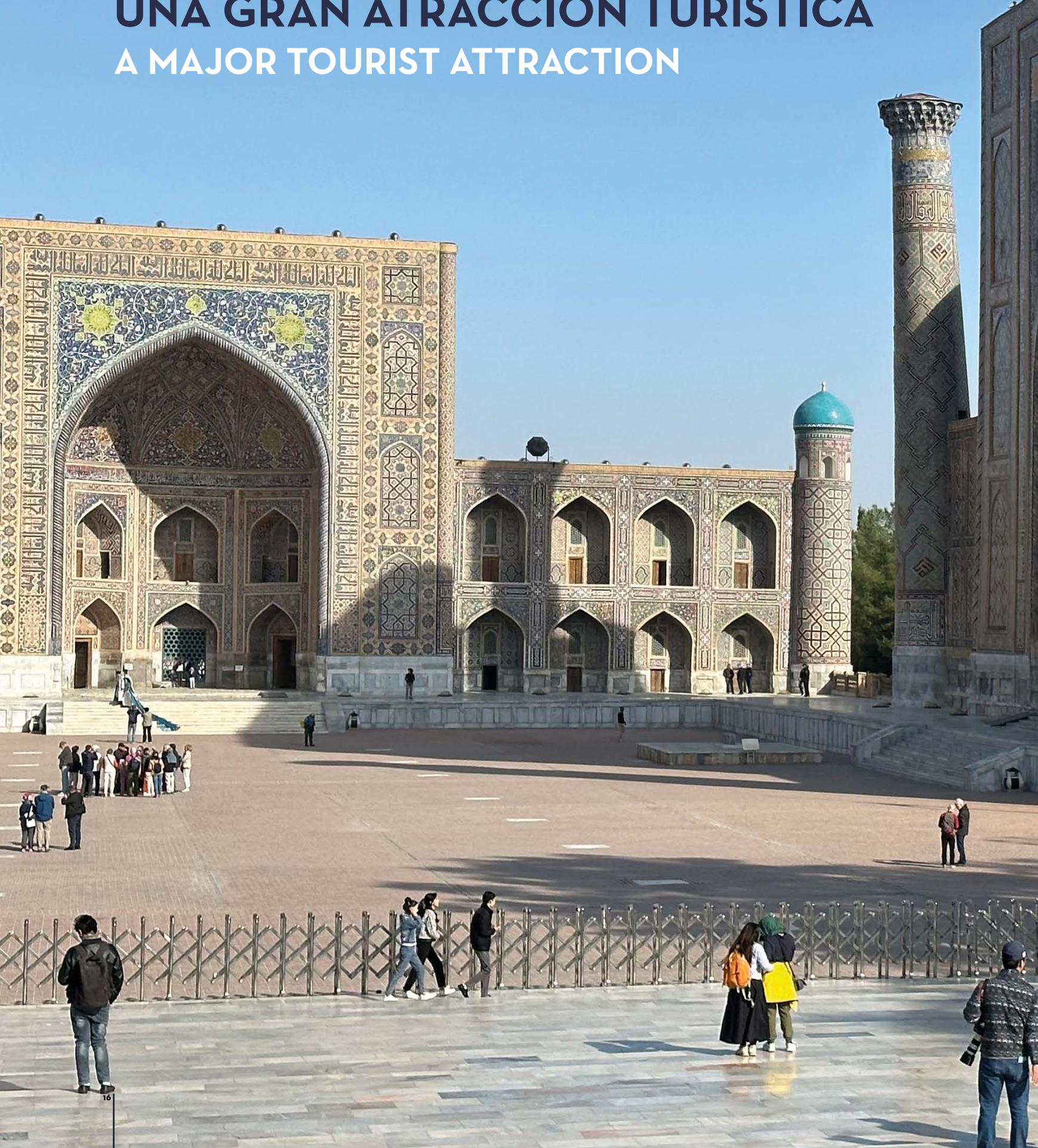
Workshops were held at the IMED Valencia hospital, guided by the "10 Senses Festival" and arts professionals, and with the support of DKV Arteria. The project sought to highlight the transformative capacity of art in promoting the emotional well-being of vulnerable children.

The initiative concluded with a moving performance, starring seven children, at the Teatre Musical, combining plastic art installation, sound, theatre and movement.

The collaboration represents a commitment to diversity and the building of fantasies, connecting children with optimistic aspirations beyond their personal circumstances. Dr. Natalia Julve, head of Paediatrics at IMED Valencia, underlined the importance of initiatives that enrich the lives of children with neuropaediatric symptoms.

UZBEKISTÁN

UNA GRAN ATRACCIÓN TURÍSTICA
A MAJOR TOURIST ATTRACTION





El país asiático pretende convertirse en un gran destino turístico, con su "Perla de Oriente", como llamaban antiguamente a la ciudad de Samarcanda, como principal reclamo. Uzbekistán ha declarado una "política de puertas abiertas" que exime de visado a los ciudadanos de cerca de cien países.

Uzbekistan aims to become a major tourist destination, with its 'Pearl of the Orient', as the city of Samarkand was once called, as its main attraction. Uzbekistan has declared an 'open door policy' that exempts citizens of nearly 100 countries from visa requirements.

Uzbekistán apuesta fuertemente por el turismo para convertirlo en uno de los principales motores de su economía y el instrumento para acabar con la maldición del cultivo del algodón, una de sus principales riquezas y también fuente de graves problemas ecológicos, como la casi desaparición del mar de Aral.

Y es que los algodonales necesitan mucha agua, unos 10.000 litros para obtener apenas un kilo de la preciada fibra, lo que llevó a las autoridades soviéticas a sobreexplotar los recursos hídricos para el riego de los cultivos e incluso a trasvasar ríos que alimentaban el mar de Aral.

"Si multiplicamos por tres o cuatro los ingresos por el turismo podremos dejar de plantar algodón", ha asegurado el presidente uzbeko, Shavkat Mirziyoyev, que calcula que con una estrategia bien aplicada el país para 2030 podría recibir unos 15 millones de turistas extranjeros, el doble que en 2023, que reportarían ingresos por hasta 5.000 millones de dólares.

Al intervenir en octubre pasado en la 25ª sesión de la Asamblea General de la Organización Mundial del Turismo (OMT) celebrada en Samarcanda, el mandatario uzbeko recordó la máxima de que cada dólar invertido en la industria turística reporta tres o cuatro de beneficios.

EL ALGODÓN CEDE EL PASO AL TURISMO

Como destacan las autoridades uzbekas, incluso en los tiempos soviéticos, cuando se movilizaba prácticamente a toda la población para la recolección del algodón, la exportación del "oro blanco" no dejaba en la república más de 1.000 millones de dólares al año, suma comparable con la que reporta actualmente la industria turística.

Para atraer al turista Uzbekistán ha declarado una "política de puertas abiertas" que exime de visado a los ciudadanos de cerca de cien países, mientras que los de otros 55 pueden tramitarlo por internet mediante un sencillo procedimiento.



Uzbekistan is banking heavily on tourism to become one of the main drivers of its economy and the instrument to put an end to the curse of cotton cultivation, historically one of its main riches and also a source of serious ecological problems, such as the near disappearance of the Aral Sea.

Cotton plants need a lot of water, 10,000 litres of water are required to obtain barely one kilo of the precious grain. This led the Soviet authorities to overexploit water resources for crop irrigation and even to divert rivers that fed the Aral Sea.

"If we multiply tourism revenues by three to four times, we can stop planting cotton," says Uzbek President Shavkat Mirziyoyev, who estimates that with a well-implemented strategy the country could receive 15 million foreign tourists by 2030, twice as many as in 2023, bringing in up to \$5 billion in revenues.

Speaking at the 25th Session of the UNWTO Nations General Assembly held in Samarkand last October,



Los datos oficiales señalan que en los últimos dos años el Gobierno ha invertido 1.000 millones de dólares en infraestructura crítica, incluida la restauración de monumentos históricos, carreteras y puentes, instalaciones de energía y agua, lo que ha permitido captar para los mismos fines inversiones privadas por 2.000 millones de dólares.

LA PERLA DE ORIENTE

Pero el mayor imán turístico del país es la Perla de Oriente, como llamaban antiguamente la ciudad de Samarcanda, una de las más antiguas del mundo aún habitada, y cuya fundación algunos historiadores sitúan entre los siglos VIII y VII antes de Cristo.

"Estamos maravillados con todo lo que tiene que ofrecer Samarcanda", dijo la secretaria de Estado de España de Turismo, Rosana Morillo, en los márgenes de la Asamblea General de la OMT.

the Uzbek leader recalled the maxim that every dollar invested in the tourism industry brings three or four dollars in profits.

COTTON GIVES WAY TO TOURISM

As the Uzbek authorities point out, even in Soviet times, when virtually the entire population was mobilised to pick cotton, the export of the "white gold" brought in no more than \$1 billion a year, a sum comparable to what the tourism industry brings in today.

To attract tourists, Uzbekistan has declared an "open door policy" that exempts citizens of about 100 countries from visa requirements, while travellers from 55 other countries can apply for visas online through a simple procedure.

Official figures show that over the past two years the government has invested \$1 billion in critical infrastructure, including the restoration of historical monuments,



La prosperidad de Samarcanda, que llegó a convertirla en una de las mayores ciudades de Asia Central y en la capital del imperio de Timur (Tamerlán), obedeció a su localización en la Ruta de la Seda entre China y Europa.

Entre sus maravillas se encuentra el Registán, una plaza pública en el corazón de la antigua ciudad, enmarcada por tres madrasas, que deja boquiabierto al turista más experimentado. "Si quieres saber sobre nosotros, examina nuestros edificios", se puede leer en uno de los monumentos dejados por Timur.

Entre ellos destaca la mezquita Bibi Janun, que debe su nombre a una de las mujeres de Timur, cuya construcción comenzó en 1399 y cuya parte principal quedó terminada cinco años después. Según un historiador de la época, en los trabajos participaron ingenieros y trabajadores de distintos lugares y se emplearon 95 elefantes traídos de la India para transportar materiales.

Pasear por Samarcanda es también un viaje por el mundo de los aromas orientales, parte ya del paisaje urbano gracias a sus numerosos restaurantes atestados de público, sobre todo en primavera, la mejor estación del año para visitarla.

roads and bridges, power and water facilities and has attracted \$2 billion in private investment.

THE PEARL OF THE ORIENT

The country's biggest tourist magnet is the Pearl of the Orient, as the city of Samarkand was once called, one of the oldest still inhabited cities in the world, and whose founding some historians place between the 8th and 7th centuries BC.

"We are in awe of all that Samarkand has to offer," Spain's Secretary of State for Tourism, Rosana Morillo, told at the UNWTO General Assembly.

Samarkand's prosperity, which made it one of the largest cities in Central Asia and the capital of the Timur (Tamerlane) empire, was due to its location on the Silk Road between China and Europe.

Among its wonders is the Registan, a jaw-dropping public square in the heart of the ancient city, framed by three madrasas, that will leave even the most seasoned tourist speechless. "If you want to know about us, examine our buildings", reads one of the monuments left by Timur.



LOS ARTESANOS APROVECHAN EL TIRÓN DEL TURISMO

La afluencia de turistas ha hecho florecer los mercados de Samarcanda, donde artesanos de diversos rincones del país venden sus trabajos.

"Vine aquí con mi familia para continuar el oficio de mi padre, mi abuelo, mi bisabuelo", dice el alfarero Azizbek, de 35 años, que se trasladó a Samarcanda desde Rishtán, una localidad famosa por sus piezas de greda colorida.

En su mesón exhibe tazas, cuencos, bandejas, jarrones de diversas formas y colores, que adquieren gustosamente los turistas extranjeros y nacionales.

"Somos en total 40 personas en la alfarería, y cada una tiene una tarea específica. Uno modela el jarrón, otro lo pone en el horno, un tercero dibuja el ornamento y un cuarto lo pinta. No hay dos iguales", asegura orgulloso Azizbek.

Es casi imposible resistirse a la tentación de llevarse como recuerdo una "tubeteika", gorro de Asia Central con forma de yurta, la tienda que antiguamente servía de vivienda a las tribus nómadas, que artesanos bordan con motivos típicos.

Among them is the Bibi Janun Mosque, named after one of Timur's wives, whose construction began in 1399 and whose main part was completed five years later. According to an historian of the time, the work involved engineers and labourers from various places and 95 elephants brought from India to transport materials.

A stroll through Samarkand is also a journey into the world of oriental aromas, now part of the urban landscape thanks to its many restaurants crowded with people, especially in spring, the best time of the year to visit.

ARTISANS TAKE ADVANTAGE OF THE PULL OF TOURISM

The influx of tourists has led Samarkand's markets to flourish, where craftsmen from all over the country sell their work. "I came here with my family to continue the craft of my father, my grandfather, my great-grandfather," potter Azizbek, 35, who moved to Samarkand from Rishtán, a town famous for its colourful clay pottery.

At his market stall, he displays cups, bowls, trays and vases in various shapes and colours, which foreign and domestic tourists are happy to buy.



La afluencia de turistas ha hecho florecer los mercados de Samarcanda, donde artesanos del país venden sus trabajos.

The influx of tourists has made Samarkand's markets flourish, where craftsmen from all over the country sell their wares.

"Las 'tubeteikas' de las distintas regiones de Uzbekistán se diferencian por su forma y su ornamento", explica Alim Timúrov, un artesano de 50 años, especialista en la confección del tradicional gorro centroasiático.

LA CLAVE: LA CONECTIVIDAD

En su apuesta por el turismo las autoridades uzbekas han hecho hincapié en el desarrollo de la conectividad, y para ello adquirió seis trenes españoles de alta velocidad Talgo, que unen la capital del país, Taskent con Samarcanda y Bujará, la otra joya de la antigua Ruta de la Seda.

Bujará, la cuarta ciudad del país, alberga numerosos santuarios y mezquitas, que la convierten en un lugar de peregrinación de los musulmanes. Se calcula que en el territorio de Uzbekistán hay más de un millar de santuarios, por lo que la atención al turismo religioso es un asunto prioritario para las autoridades del país.

"There is a total of 40 of us in the pottery, and each one has a specific task. One models the vase, another puts it in the kiln, a third draws the design on the ornament and a fourth paints it. No two are alike," Azizbek proudly assures us.

"It is almost impossible to resist the temptation to take home as a souvenir a "tubeteika", a Central Asian cap in the shape of a yurt, the tent that once served as a dwelling for nomadic tribes, which artisans embroider with typical motifs."

"Tubeteikas' from different regions of Uzbekistan differ in shape and ornamentation," Alim Timurov, a 50-year-old craftsman who specialises in making the traditional Central Asian cap.

THE KEY: TRANSPORTATION INFRASTRUCTURE

In its commitment to tourism, the Uzbek authorities have emphasised the development of the transportation infrastructure and have acquired six Spanish Talgo high-speed trains that link the country's capital, Tashkent, with Samarkand and Bukhara, the other jewel of the ancient Silk Road.

Bukhara, the country's fourth largest city, is home to numerous shrines and mosques, making it a place of pilgrimage for Muslims.

It is estimated that there are more than a thousand shrines in Uzbekistan, making religious tourism a priority for the Uzbek authorities.



MÁS FUERTE, MÁS RÁPIDO... TE AYUDAMOS A SER LA ESPECIE MEJOR ADAPTADA AL MEDIO

EVOLUCIONAMOS

TU

MARCA

Cuando Darwin publicó su teoría de la evolución, sufrió fuertes ataques. Los "haters" señalaron su teoría como "la quimera de un ateo blasfemo". Doscientos años después el criterio general ha cambiado y el origen de las especies es un texto reconocido y aceptado. Con nuestra ayuda no hubiera hecho falta tanto tiempo.

965229039
WWW.GRUPOCYMA.ES

UNIDAD DE NUTRICIÓN Y OBESIDAD DE ILAHY

UN ABANICO DE POSIBILIDADES PARA TRATAR EL SOBREPESO

La obesidad se ha convertido en un desafío de salud pública en España, afectando a un creciente porcentaje de la población. Los cambios en los hábitos alimenticios, la vida sedentaria y factores genéticos contribuyen a esta problemática que no solo afecta la estética, sino también la salud integral de las personas. En este contexto, ilahy crea la Unidad de Nutrición y Obesidad.



NUTRITION AND OBESITY UNIT AT ILAHY

A WIDE RANGE OF POSSIBILITIES FOR TREATING OBESITY

Obesity has become a public health challenge in Spain, affecting a growing percentage of the population. Changes in eating habits, a sedentary lifestyle and genetics contribute to this issue that not only affects aesthetics, but also people's overall health. Therefore, Ilahy has created the Nutrition and Obesity Unit.

LA REALIDAD DE LA OBESIDAD EN ESPAÑA

Según datos del Instituto Nacional de Estadística (INE), más del 20% de la población española sufre de obesidad, lo que sitúa a España en la lista de los países europeos con una alta prevalencia de esta enfermedad. Este fenómeno no solo impacta en la calidad de vida de los individuos, sino que también aumenta el riesgo de desarrollar enfermedades cardiovasculares, diabetes tipo 2 y otras condiciones médicas.

La obesidad no es simplemente un problema estético; es una preocupación de salud pública que requiere enfoques integrales y personalizados para su tratamiento y gestión. Es en este contexto que la Unidad de Nutrición y Obesidad de clínicas Ilahy emerge para todos aquellos que buscan abordar este problema de manera efectiva y sostenible.

LA UNIDAD DE NUTRICIÓN Y OBESIDAD DE CLÍNICAS ILAHY: UN ENFOQUE INTEGRAL

Esta unidad destaca por su enfoque multidisciplinario, que combina la experiencia de profesionales de diversas disciplinas para abordar la obesidad desde diferentes perspectivas. Nutricionistas, endocrinólogos, psicólogos y cirujanos trabajan en conjunto para ofre-



THE FACTS OF OBESITY IN SPAIN

According to data from the National Institute of Statistics (INE), more than 20% of the Spanish population suffers from obesity, putting Spain on the list of European countries with a high prevalence of this disease. This phenomenon not only impacts the quality of life of individuals, but also increases the risk of developing cardiovascular diseases, type 2 diabetes and other medical conditions.

Obesity is not simply an aesthetic problem; it is a public health concern that requires comprehensive and personalised approaches to its treatment and management. It is in this context that Ilahy Clinic's Nutrition and Obesity Unit emerges as a choice for all those seeking to address this problem in an effective and sustainable manner.

THE NUTRITION AND OBESITY UNIT AT ILAHY CLINICS: A COMPREHENSIVE APPROACH

This Unit stands out for its multidisciplinary approach, which integrates the expertise of professionals from different disciplines to tackle obesity from different perspectives. A combination of nutritionists, endocrinologists, psychologists and surgeons offer a comprehensive treatment that encompasses not only weight loss, but also promotes healthy lifestyle habits and addresses the underlying causes of obesity.

PERSONALISED TREATMENTS IN THE FIGHT AGAINST OBESITY

The Nutrition and Obesity Unit at Ilahy Clinics offers a wide range of personalised treatments that are tailored to the specific needs of each patient. From non-invasive methods to surgical interventions, the variety of available treatments ensures that each individual can find the most suitable solution for their circumstances and health goals.

cer un tratamiento integral que abarque no solo la pérdida de peso, sino también la adopción de hábitos de vida saludables y el abordaje de las posibles causas subyacentes de la obesidad.

TRATAMIENTOS PERSONALIZADOS PARA COMBATIR LA OBESIDAD

La Unidad de Nutrición y Obesidad de clínicas ilahy ofrece una amplia gama de tratamientos personalizados que se adaptan a las necesidades específicas de cada paciente. Desde métodos no invasivos hasta intervenciones quirúrgicas, la variedad de opciones garantiza que cada individuo encuentre la solución que mejor se ajuste a sus circunstancias y objetivos de salud.

PROGRAMA DE NUTRICIÓN PERSONALIZADO

Diseñado para abordar las necesidades nutricionales individuales de cada paciente, este programa se centra en la educación alimentaria y la adopción de hábitos saludables.

TERAPIA HORMONAL CONTRA LA OBESIDAD

Se ha incorporado recientemente al abanico de tratamientos de la Unidad de Nutrición y Obesidad de clínicas ilahy. Este tratamiento no solo reduce el apetito, sino que también mejora la sensación de saciedad. No requiere cirugía, ni bajas médicas y los resultados del tratamiento son a largo plazo ya que incluye un plan 360.

BALÓN GÁSTRICO

El balón gástrico va dirigido a pacientes con sobrepeso reciente (embarazo, sobrepeso emocional, etc.) que hayan intentado perder peso con otros métodos. Con el balón intragástrico conseguimos una reeducación alimentaria y una mayor sensación de saciedad.

- **Balón 6 meses.** Dirigido a pacientes índice de masa corporal (IMC) de entre 25 y 35.
- **Balón 12 meses.** Dirigido a pacientes con índice de masa corporal (IMC) de entre 28 y 40.

ENDOMANGA

La endomanga gástrica es un novedoso tratamiento de reducción de estómago sin cirugía que consigue una reducción de la capacidad gástrica de entre un 55-60% mediante vía endoscópica. Está dirigido a pacientes con IMC entre 35 y 40, o para pacientes con un IMC superior a 40 que no quiere un tratamiento quirúrgico. La pérdida de peso con esta técnica puede alcanzar los 40 kg hacia el final del seguimiento.

MÉTODO APOLLO

Técnica que permite realizar una reducción vía endoscópica, sin incisiones ni cicatrices. A diferencia de la endomanga gástrica, El método Apollo, por su parte, consiste en realizar suturas continuas y completas a lo largo de la curvatura mayor del cuerpo estómago para reducir su capacidad. Ofrece una remodelación gástrica parecida al sleeve quirúrgico, pero exclusivamente por vía endoscópica. El material que se emplea para la realización de las suturas es el polipropileno.



PERSONALISED NUTRITION PROGRAMME

Designed to address each patient's individual nutritional needs; this programme focuses on dietary education and the adoption of healthy habits.

HORMONE THERAPY FOR OBESITY

This hormone therapy has recently joined the range of treatments offered by the Nutrition and Obesity Unit at Ilahy Clinics. The treatment not only reduces appetite but also improves the feeling of satiety. It requires no surgery, no medical leave and the results of the treatment are long term as it includes a 360 plan.

GASTRIC BALLOON

The gastric balloon is aimed at patients who are recently overweight (pregnancy, emotional overweight, etc.) and have tried to lose weight with other methods. The intragastric balloon treatment includes dietary re-education and gives a greater feeling of satiety.

- *6 month gastric balloon.* Aimed at patients with a body mass index (BMI) between 25 and 35.

- *12-month gastric balloon.* Aimed at patients with a body mass index (BMI) between 28 and 40.



CIRUGÍA DE LA OBESIDAD MANGA GÁSTRICA

Procedimientos quirúrgicos que alteran la estructura del estómago para restringir la cantidad de alimentos ingeridos y facilitar la reducción de peso. La manga gástrica se destaca como la cirugía bariátrica más exitosa, siendo recomendada para pacientes con obesidad severa de clase II y obesidad mórbida. La pérdida de peso en estos escenarios se logra de manera efectiva, progresiva y sostenible.

En la lucha contra la obesidad, la Unidad de Nutrición y Obesidad de Clínicas Ilahy destaca como un referente que combina la experiencia de profesionales de diversas disciplinas con la aplicación de tecnologías y tratamientos de vanguardia.

La obesidad no tiene una solución única, y la Unidad de Nutrición y Obesidad de clínicas Ilahy reconoce esta realidad al ofrecer una variedad de tratamientos adaptados a las necesidades específicas de cada paciente. En un momento en que la obesidad plantea desafíos significativos para la salud, contar con opciones de tratamiento integral y personalizado es fundamental para promover un futuro más saludable.

GASTRIC SLEEVE

A state-of-the art stomach reduction treatment without surgery that achieves a reduction in gastric capacity of between 55-60% and carried out by endoscopy.

It is aimed at patients with a BMI between 35 and 40 or for patients with a BMI over 40 who do not want surgical treatment. Weight loss with this technique can reach 40 kg by the end of the follow up course of treatment.

APOLLO METHOD

A technique that allows reduction via endoscopy with no external incisions or scars. Unlike gastric endomanga, the Apollo method consists of making continuous and complete series of polypropylene sutures along the greater curvature of the stomach to reduce its capacity. It offers a gastric remodelling similar to the surgical sleeve, but exclusively by endoscopy.

OBESITY SURGERY - GASTRIC SLEEVE

Surgical procedures that alter the structure of the stomach to restrict the amount of food eaten and facilitate weight reduction. The gastric sleeve stands out as the most successful bariatric surgery, being recommended for patients with severe class II obesity and morbid obesity. Weight loss in these scenarios is achieved in an effective, progressive and sustainable manner.

In the fight against obesity, the Nutrition and Obesity Unit of Ilahy Clinics stands out as a benchmark that combines the experience of professionals from various disciplines with the application of cutting-edge technologies and treatments.

Obesity does not have a single solution and the Nutrition and Obesity Unit at Ilahy Clinics recognises this reality by offering a variety of treatments adapted to the specific needs of each patient. At a time when obesity poses significant health challenges, having comprehensive and personalised treatment options is critical to promoting a healthier future.

ilahy Alcoy

Pol. Ind. Cotes Baixes Carrer B, 1 - Alcoy (Alicante)
Tel. 965 504 900

ilahy Benidorm

Calle Doctor Ramón y Cajal, 7 - Benidorm (Alicante)
Tel. 966 878 778

ilahy Elche

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

ilahy Gandia

Carrer Gregori Maians, 19 - Gandia (Valencia)
Tel. 963 00 30 19

ilahy Torrevieja

Centro Comercial Ozone
Avda. De Rosa Mazón Valero, s/n - Torrevieja (Alicante)
Tel. 966 817 407

ilahy Valencia

Avda. de la Ilustración, 1 - Burjassot (Valencia)
Tel. 963 003 020

www.ilahy.es

FRIENDS

¿QUÉ FUE DE SUS
PROTAGONISTAS?
WHAT HAPPENED TO
THE STARS?



La repentina y trágica muerte de Matthew Perry, que daba vida a Chandler, ha conmocionado al mundo. Pero ¿cómo ha sido la vida de sus compañeros de reparto desde el capítulo final?

The sudden and tragic death of Matthew Perry, who played Chandler in the hit series, has shocked the world. But what has life been like for his co-stars since the final episode?

"Hola, me llamo Matthew, aunque quizás me conozcas por otro nombre. Mis amigos me llaman Matty. Y debería estar muerto". Así arranca Matthew Perry su libro autobiográfico, "Friends, Lovers and The Big Terrible Things", en el que relataba, entre otras cosas, su larga lucha contra la adicción a los opiáceos y al alcohol.

El libro se publicó el 1 de noviembre de 2022. Y apenas un año después, el 28 de octubre, el actor fue encontrado muerto, a sus 54 años, en la bañera de hidromasaje de su domicilio... Todavía se desconocen las causas exactas, pero la trágica noticia ha conmocionado al mundo.

Y es que Matthew Perry fue el encargado de dar vida a Chandler en la serie "Friends", una de las más famosas de su generación y que años después sigue generando interés y despertando la nostalgia.

"Nuestros corazones están destrozados. Gracias por estar siempre para nosotros, gracias por hacernos reír a carcajadas, gracias por ser nuestro amigo", son las palabras que, a través de X, han emitido desde la cuenta latinoamericana de la productora Warner Channel, responsables de la serie, al enterarse del repentina fallecimiento de Perry.

Matthew Perry ha dejado un legado de amistad y sonrisas, y su recuerdo y el de Chandler son indudablemente imborrables. Como lo son las huellas del resto de sus compañeros de reparto, esos que, en sus propias palabras "nunca le dejaron solo". Así ha continuado la historia de cada uno de los actores de "Friends".

JENNIFER ANISTON

La encargada de dar vida a Rachel es, sin duda, la que "mejor" carrera ha tenido desde que finalizó la serie, trabajando en todo tipo de películas, especialmente en comedias románticas.

"Rock star" (2001), "Bruce Almighty" (2003), "Derailed" (2005), "Love Happens" (2009), "Horrible bosses" (2011), "We're the Millers" (2013), "The Yellow Birds" (2017) o "Murder Mystery" (2019), o la serie "The Morning Show" son algunos ejemplos.

En cuanto a su vida personal, su relación más conocida fue la que mantuvo con Brad Pitt, con quien empezó a salir en 1998, se casó en 2000 y se separó en 2005. No obstante, Jennifer Aniston ha mantenido diversos amoríos, la última de ellos con Justin Theroux, de quien se separó en 2018.

DAVID SCHWIMMER

El compañero romántico de Rachel en la ficción al dar vida a Ross no siguió los pasos de Aniston. Y es que, aunque siguió trabajando eventualmente como actor, desde un principio mostró su inclinación a ponerse detrás de las cámaras como director.

De hecho, David Schwimmer dirigió 10 episodios de la propia "Friends". Además, ha dirigido varias películas y series como "Run, Fatboy, Run" (2007), "Little Britain USA" (2008), o "Trust" (2010).

En el amor, su más longeva relación fue con la fotógrafa Zoe Buckman, con quien comenzó a salir en 2007. Se casaron en 2010 y tuvieron una hija en 2011, pero se separaron en 2017.

"Éramos como pingüinos", dijo Perry sobre la amistad entre sus compañeros y él.

"We were like penguins," Perry said of the friendship between his co-stars and him.

"Hello, my name is Matthew, although you may know me by another name. My friends call me Matty. And I should be dead. So begins Matthew Perry's autobiographical book, "Friends, Lovers and The Big Terrible Things", in which he recounts, among other things, his long struggle with addiction to opiates and alcohol.

The book was published on 1 November 2022. And just over a year later, on 28 October, the 54-year-old actor was found dead in the hot tub at his home.... The exact causes are still unknown, but the tragic news has shocked the world.

"Our hearts are broken. Thank you for always being there for us, thank you for making us laugh out loud, thank you for being our friend", are the words that, through X, the Latin American account of the Warner Channel production company, responsible for the series, have issued upon learning of Perry's sudden death.

Matthew Perry has left a legacy of friendship and smiles, and his and Chandler's memories are undoubtedly indelible. As are the traces of the rest of his cast mates, those who, in his own words, "never left him alone". This is how the story of each of the "Friends" actors has continued.

JENNIFER ANISTON

Rachel's character is undoubtedly the one who has had the "best" career since the series ended, working in all kinds of films, especially romantic comedies.

"Rock star" (2001), "Bruce Almighty" (2003), "Derailed" (2005), "Love Happens" (2009), "Horrible Bosses" (2011), "We're the Millers" (2013), "The Yellow Birds" (2017), "Murder Mystery" (2019), or the series "The Morning Show" are some examples.

As for her personal life, her best-known relationship was with Brad Pitt, with whom she began dating in 1998, married in 2000 and separated in 2005. However, Jennifer Aniston has had several affairs, most recently with Justin Theroux, from whom she separated in 2018.

DAVID SCHWIMMER

Rachel's romantic partner in fiction, Ross, did not follow in Aniston's footsteps. Although he eventually continued to work as an actor, from the beginning he showed his inclination to get behind the camera as a director.

In fact, David Schwimmer directed 10 episodes of "Friends" himself. He has also directed several films and series such as "Run, Fatboy, Run" (2007), "Little Britain USA" (2008), and "Trust" (2010).

In love, his longest relationship was with photographer Zoe Buckman, with whom he began dating in 2007. They married in 2010 and had a daughter in 2011, but separated in 2017.

LISA KUDROW

La encargada de dar vida a la extravagante Phoebe posee además el historial amoroso más estable de todos sus compañeros de reparto: desde 1995 está casada con Michel Stern, y tienen un hijo.

En cuanto a su vida profesional, su carrera estuvo marcada por algunos altibajos, pero también por perseverancia. Y es que, al igual que Schwimmer, no solo se ha dedicado a la actuación, sino que también ha sido creadora y guionista.

Dos de sus creaciones fueron las series "The Comeback" (2005-2014) y "Web Therapy" (2008-2015). También ha trabajado en películas como "P.S I Love You" (2007), "Paper Man" (2009), "Neighbours" (2014) o "Better Nate Than Ever" (2022).

MATT LEBLANC

Matt Leblanc, que daba vida a Joey Tribbiani, es el actor que continuó, para sorpresa de todos, interpretando a su personaje más allá de "Friends". Porque hubo un "spin-off", "Joey", que se grabó por sorpresa y se emitió de 2004 a 2006.

Después de eso, estuvo un tiempo apartado de las cámaras, pero en 2010 regresó para "Episodes", otra serie de comedia en la que se interpretaba a sí mismo. También trabajó en "Man with a plan" (2016-2020) y el programa "Top Gear" (2016-2019). En el cine, ha actuado en películas como "Charlie's Angels" (2000) o "Lovesick" (2014).

En cuanto a su vida amorosa, estuvo casado con Melissa McKnight de 2003 a 2006 (tuvieron una hija en 2004), mantuvo después una relación con su compañera en "Joey", Andrea Anders, de 2007 a 2015; y desde 2016 sale con Aurora Mulligan.

COURTENY COX

La actriz detrás de Mónica Geller, Courteney Cox, es otra cuya carrera estuvo llena de altibajos, pero no por ello no se ha mantenido siempre presente, ya que también ha sido productora y directora.

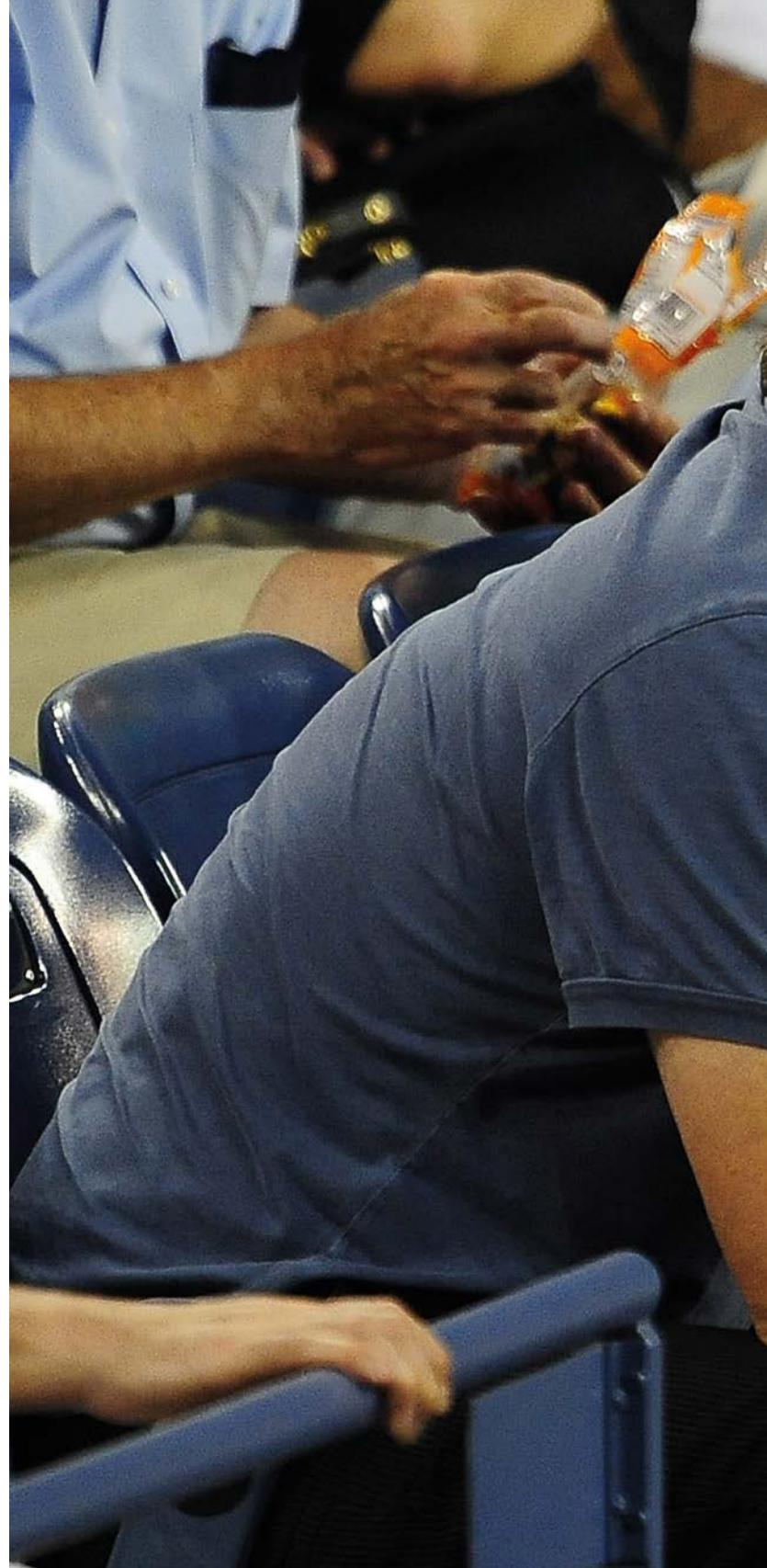
Además de participar en todas las películas de la saga "Scream", incluyendo la última entrega, "Scream 6", este último año; ha trabajado en otros filmes como "November" (2004), "Bedtime Stories" (2008) o "Mothers and Daughters" (2016) y en series como "Dirt" (2007-2009), "Scrubs" (2009) o "CougarTown" (2009-2015).

En su vida personal, estuvo con Michael Keaton de 1989 a 1995; y en 1999 se casó con su compañero de "Scream", David Arquette, con quien tuvo una hija, pero se separaron en 2012. Desde 2014 sale con Johnny McDaid.

MATTHEW PERRY

Antes, durante y después de "Friends", la carrera de Matthew Perry (encargado de dar vida a Chandler) fue bastante fructífera, como actor y también como escritor y guionista, creador, y productor.

Destacan sus papeles en "The Whole Nine Yards" (1999), "The Kid" (2000), "The Ron Clark Story" (2006), "Numb" (2007), "Birds of America" (2008), "17 Again" (2009), "Mr. Sunshine" (2011), "Go On" (2012-2013) o "The Odd Couple" (2015-2017).



LISA KUDROW

The person in charge of bringing the extravagant Phoebe to life also has the most stable love history of all her co-stars: she has been married to Michel Stern since 1995, and they have a son.

As for her professional life, her career has been marked by some ups and downs, but also by perseverance. Like Schwimmer, she has not only been an actor, but also a creator and screenwriter.

Two of her creations are the series "The Comeback" (2005-2014) and "Web Therapy" (2008-2015).

She has also worked on films such as "P.S I Love You" (2007), "Paper Man" (2009), "Neighbours" (2014) and "Better Nate Than Ever" (2022).



En cuanto a su vida personal, fueron conocidas sus relaciones con Julia Roberts, Yasmine Bleeth, Lauren Graham y Lizzy Caplan. Su última pareja fue Molly Hurwitz de 2020 a 2021. Una vida y carrera tristemente salpicadas por su adicción a los opiáceos y al alcohol, y por varios problemas de salud derivados de ello.

Matthew estuvo varias veces en rehabilitación, tuvo pancreatitis, fue sometido a una colostomía y conectado a soporte vital en varios momentos de su vida: "Éramos como los pingüinos: cuando uno de nosotros estaba enfermo o herido, el resto le respaldaban", dijo de sus compañeros de reparto en su autobiografía.

Ahora ellos, junto al resto de fans de "Friends" y todo el mundo del cine, dan un último adiós a Chandler: Descanse en paz, Matthew Perry... Tu recuerdo y tus lecciones sobre la amistad serán eternas.

MATT LEBLANC

Matt Leblanc, who played Joey Tribbiani, is the actor who continued, to everyone's surprise, to play his character beyond "Friends".

Because there was a "spin-off", "Joey", which was filmed by surprise and aired from 2004 to 2006.

After that, he was away from the cameras for a while, but in 2010 he returned for "Episodes", another comedy series in which he played himself. He also worked on "Man with a plan" (2016-2020) and the show "Top Gear" (2016-2019). In cinema, he has acted in films such as "Charlie's Angels" (2000) and "Lovesick" (2014).

As for his love life, he was married to Melissa McKnight from 2003 to 2006 (they had a daughter in 2004), then had a relationship with his partner in "Joey", Andrea Anders, from 2007 to 2015; and since 2016 he has been dating Aurora Mulligan.

COURTENEY COX

The actress behind Monica Geller, Courteney Cox, is another actress whose career has been full of ups and downs, as she has been a producer and director as well.

In addition to participating in all the films in the "Scream" saga, including the latest instalment, "Scream 6", this past year, she has worked on other films such as "November" (2004), "Bedtime Stories" (2008) or "Mothers and Daughters" (2016) and in series such as "Dirt" (2007-2009), "Scrubs" (2009) or "Cougar Town" (2009-2015).

In her personal life, she was with Michael Keaton from 1989 to 1995; and in 1999 she married her "Scream" co-star David Arquette, with whom she had a daughter, but they separated in 2012. Since 2014 she has been dating Johnny McDaid.

MATTHEW PERRY

Before, during and after "Friends", Matthew Perry's (who played Chandler) career was quite fruitful, as an actor and also as a writer and screenwriter, creator, and producer.

His roles in "The Whole Nine Yards" (1999), "The Kid" (2000), "The Ron Clark Story" (2006), "Numb" (2007), "Birds of America" (2008), "17 Again" (2009), "Mr. Sunshine" (2011), "Go On" (2012-2013) or "The Odd Couple" (2015-2017) stand out.

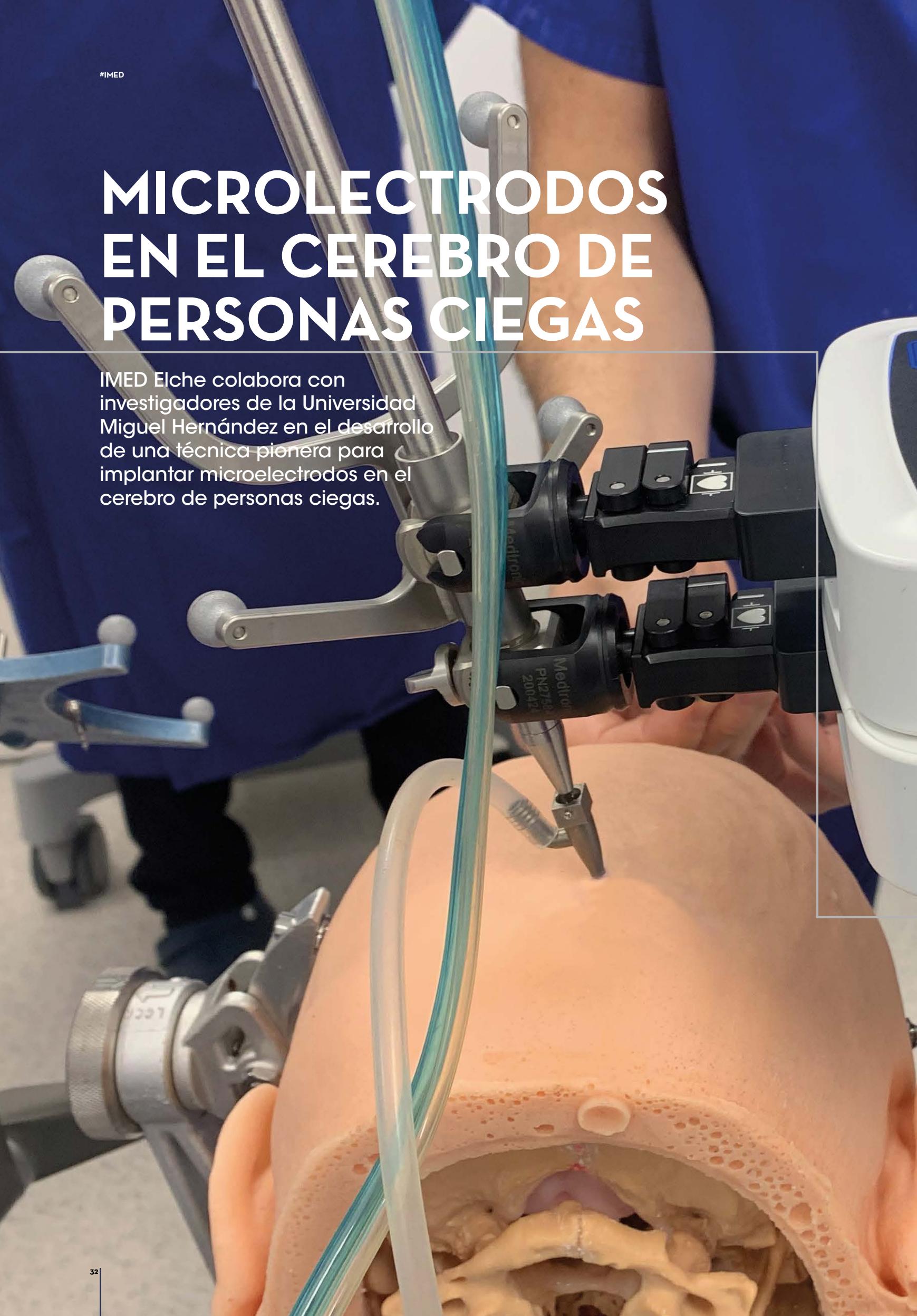
As for his personal life, his relationships with Julia Roberts, Yasmine Bleeth, Lauren Graham and Lizzy Caplan are well known. His last partner was Molly Hurwitz from 2020 to 2021. A life and career sadly marred by his addiction to opiates and alcohol, and by various health problems resulting from it.

Matthew was in rehab several times, had pancreatitis, underwent a colostomy and was on life support at various times in his life: "We were like penguins: when one was sick or injured, the others surround it and propped it up," he said of his castmates in his autobiography.

Now they, along with the rest of the "Friends" fans and the entire film world, say a final farewell to Chandler: Rest in peace, Matthew Perry... Your memory and your lessons about friendship will live on forever.

MICROELECTRODOS EN EL CEREBRO DE PERSONAS CIEGAS

IMED Elche colabora con investigadores de la Universidad Miguel Hernández en el desarrollo de una técnica pionera para implantar microelectrodos en el cerebro de personas ciegas.



MICROELECTRODES IN THE BRAIN OF BLIND PEOPLE

IMED Elche collaborates with Miguel Hernández University researchers in the development of a pioneering technique to implant microelectrodes in the brain of blind people.



Acceder de forma segura a la superficie del cerebro. Este es el objetivo de la nueva técnica desarrollada por investigadores de la Universidad Miguel Hernández (UMH) en colaboración con el Hospital IMED Elche y con el Instituto de Investigación Sanitaria y Biomédica de Alicante (ISABIAL). Esta técnica, pionera en el mundo de la medicina, utiliza el robot 'Stealth Autoguide' de Medtronic y un sistema avanzado de neuronavegación que permite al personal de neurocirugía realizar el implante de forma mínimamente invasiva. Aunque ya se han obtenido resultados esperanzadores, se trata de una investigación en progreso que todavía no está lista para aplicar al público en general.

Los implantes de matrices de microelectrodos en el cerebro humano sirven para estimular de forma controlada la corteza visual de personas que han perdido la visión total o parcial.

El equipo de investigadores, liderado desde la UMH, ha realizado con éxito la primera implantación de microelectrodos cerebrales en una persona ciega utilizando este nuevo procedimiento en el Hospital IMED Elche y espera poder utilizar esta nueva técnica en los próximos voluntarios ciegos que colaboren en su investigación. El trabajo ha sido publicado en la revista *Journal of Neurosurgery*.

Safe access to the surface of the brain. This is the objective of the new technique under development by researchers at the Miguel Hernández University (UMH) in collaboration with the IMED Elche Hospital and the Alicante Institute for Health and Biomedical Research (ISABIAL). The pioneering medical technique uses Medtronic's 'Stealth Autoguide' robot and an advanced neuronavigational system that allows neurosurgeons to perform minimally invasive brain implants. This research program is ongoing and is producing encouraging results, although it is not yet ready for the general public.

The microelectrode array brain implants allow a controlled stimulation of the visual cortex for people who have, for example, lost all or part of their vision due to glaucoma or retinitis.

*The team of researchers, led by UMH, has successfully performed the first implantation of brain microelectrodes in a blind person using this new procedure at the IMED Elche Hospital and hope to use this new technique in more blind volunteers as the research continues. Their research has been published in the *Journal of Neurosurgery*.*

The new technique is part of a project led by the Biomedical Neuro-engineering group of the Institute of

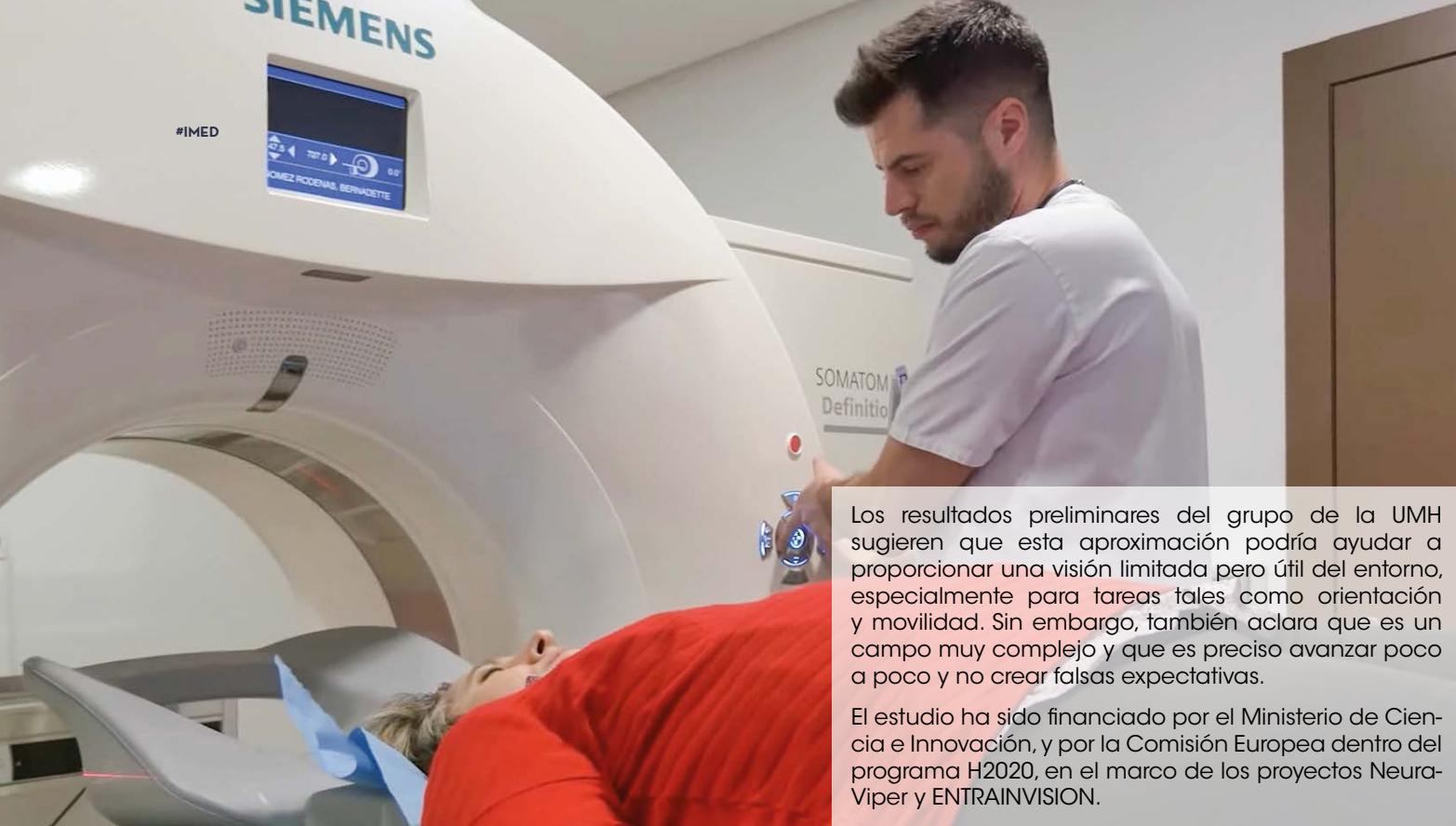


La nueva técnica se enmarca en un proyecto dirigido por el grupo de Neuroingeniería Biomédica del Instituto de Bioingeniería de la UMH. El proyecto consiste en desarrollar un nuevo implante cerebral que, a través de los microelectrodos, pueda ayudar a personas ciegas o con baja visión residual a mejorar su movilidad e incluso, de una forma más ambiciosa, a percibir el entorno que les rodea y orientarse en él. "Esta tecnología implica poder acceder de manera segura a la superficie del cerebro", explica Eduardo Fernández, director del proyecto y miembro también del Centro de Investigación Biomédica en Red en Bioingeniería, Biomateriales y Nanomedicina.

"Con este fin, llevamos varios años trabajando en la mejora de las técnicas quirúrgicas de implantación de matrices de microelectrodos cerebrales en estrecha colaboración con el Servicio de Neurocirugía del Hospital General Universitario de Alicante y el Hospital IMED Elche". Además, añade que "la nueva tecnología que han desarrollado también ha contado con la colaboración de Medtronic, una empresa líder en el sector de las tecnologías médicas, y de Germán Sempere y la empresa 3DNeurotrainer de Ibi que creó una réplica exacta de la cabeza del paciente voluntario para poder realizar una planificación avanzada de la cirugía".

Bioengineering at UMH. The project consists of developing a new microelectrode brain implant that can help blind people, or those with poor residual vision, improve their mobility and even, more ambitiously, perceive the environment around them and orient themselves in it. "This technology involves being able to safely access the surface of the brain," explains Eduardo Fernández, director of the project and a member of the Center for Biomedical Network Research in Bioengineering, Biomaterials and Nanomedicine. "Therefore, we have been working for several years in close collaboration with the Neurosurgery Service of the Hospital General Universitario de Alicante and the IMED Elche Hospital, to improve the surgical techniques for microelectrode arrays brain implants." He added that "the new technology has been developed in collaboration with Medtronic, a leading medical technology company, Germán Sempere and 3DNeurotrainer from Ibi (Alicante) who created an exact replica of the volunteer patient's head in order to be able to carry out advanced planning of the surgery".

This is the first time that this type of microelectrode implantation has been performed with the aid of a surgical robot and, as Professor Eduardo Fernández explains: "The results are encouraging, since this technique makes it possible to perform the implant in



Los resultados preliminares del grupo de la UMH sugieren que esta aproximación podría ayudar a proporcionar una visión limitada pero útil del entorno, especialmente para tareas tales como orientación y movilidad. Sin embargo, también aclara que es un campo muy complejo y que es preciso avanzar poco a poco y no crear falsas expectativas.

El estudio ha sido financiado por el Ministerio de Ciencia e Innovación, y por la Comisión Europea dentro del programa H2020, en el marco de los proyectos NeuraViper y ENTRAINVISION.



Esta es la primera vez que se realiza un implante de este tipo de microelectrodos con ayuda de un robot quirúrgico y, tal y como explica el profesor Eduardo Fernández. "Los resultados son alentadores, ya que esta técnica permite realizar la implantación de una manera más precisa y menos invasiva, lo que mejora los resultados clínicos y reduce los riesgos de complicaciones", comenta el experto. El doctor Pablo González, coordinador del equipo de neurocirugía que ha realizado la intervención, también destaca que el sistema robótico permite guiar la inserción de los electrodos y realizar la cirugía a través de un pequeño orificio milimétrico, lo que evita tener que realizar una craneotomía o apertura del cráneo.

Los investigadores explican que el robot permite ajustar la posición y la orientación de los microelectrodos en tiempo real y de una manera muy precisa, lo que reduce el daño a las estructuras cerebrales. Para ello, utilizan un sistema similar a un GPS que se basa en las imágenes obtenidas previamente por resonancia magnética y tomografía computarizada.

La precisión que se consigue con esta técnica, mínimamente invasiva, hace que las personas que participan en el estudio puedan ser dadas de alta de forma precoz y tengan muchas menos molestias que en un postoperatorio normal. Además, también incide de manera positiva en la calidad de las percepciones visuales inducidas por los microelectrodos implantados.

En el contexto de esta investigación, el profesor de la UMH Eduardo Fernández destaca que el desarrollo de neuroprótesis visuales cerebrales es una clara necesidad para el futuro, ya que desgraciadamente para muchas personas ciegas no existen tratamientos o dispositivos de ayuda útiles.

Por ejemplo, los pacientes con enfermedades degenerativas de la retina muy avanzadas, las personas con glaucoma severo o las personas con alteraciones del nervio óptico no se pueden beneficiar de las prótesis de retina que se están desarrollando actualmente. En estos casos es necesario enviar la información del entorno frente a la persona ciega directamente a la parte del cerebro que procesa visión.

a more precise and less invasive manner, improving clinical results and reducing the risk of complications," said the expert. Dr. Pablo Gonzalez, coordinator of the neurosurgery team that performed the surgery, pointed out that the robotic system has made it possible to guide the insertion of the electrodes and to perform the surgery through a small millimeter-sized hole, hence avoiding the need to perform a craniotomy, or opening of the skull.

The researchers explain that using a robot makes it possible to adjust the position and orientation of the microelectrodes very precisely, in real time, therefore reducing damage to the brain structures. To do this, they use a system, similar to GPS, that is based on images previously obtained by magnetic resonance imaging and computed tomography. The precision achieved with this minimally invasive technique means that the people participating in the study can be discharged quickly and have much less discomfort than in a normal postoperative period. In addition, this results in an improvement of the quality of the visual perceptions induced by the implanted microelectrodes.

In the context of this research, UMH professor Eduardo Fernández stresses that the development of cerebral visual neuro-prostheses is clearly needed since, unfortunately, there are no useful treatments or helpful devices for many blind people. For example, the retinal prostheses currently being developed do not benefit patients with very advanced retinal degenerative diseases, severe glaucoma, or alterations of the optic nerve. In these cases, it is necessary to develop a method of sending information from the blind person's environment directly to the part of the brain that processes vision. Preliminary results from the UMH group suggest that this approach could help provide a limited but useful view of the environment, especially for tasks such as orientation and mobility. However, he also clarifies that this is a very complex field and that it is necessary to advance gradually and not to create false expectations.

The study has been funded by the Ministry of Science and Innovation, and by the European Commission within the H2020 program, in the framework of the Neuraviper and ENTRAINVISION projects.



SERVIGROUP
HOTELES



BENIDORM

CASTILLA

★★★★★
DIPLOMATIC

★★★★★
NEREO

★★★★★

CALYPSO

★★★★★
VENUS

★★★★★
ORANGE

★★★★★
PUEBLO

BENIDORM

★★★★★

RIALTO

★★★★★

TORRE

DORADA

★★★★★
VILLAJOYOSA

MONTIBOLI

★★★★★

MOJÁCAR

MARINA PLAYA

★★★★★

MARINA MAR

★★★★★

ORIHUELA
COSTA

LA ZENIA

★★★★★
S

LA MANGA DEL
MAR MENOR

GALÚA

★★★★★

BENICASIM

TRINIMAR

★★★★★

OROPESA

DEL MAR

KORAL BEACH

★★★★★
S

ALCOCÉBER

ROMANA

★★★★★
S

PEÑÍSCOLA

PAPA LUNA

★★★★★
S



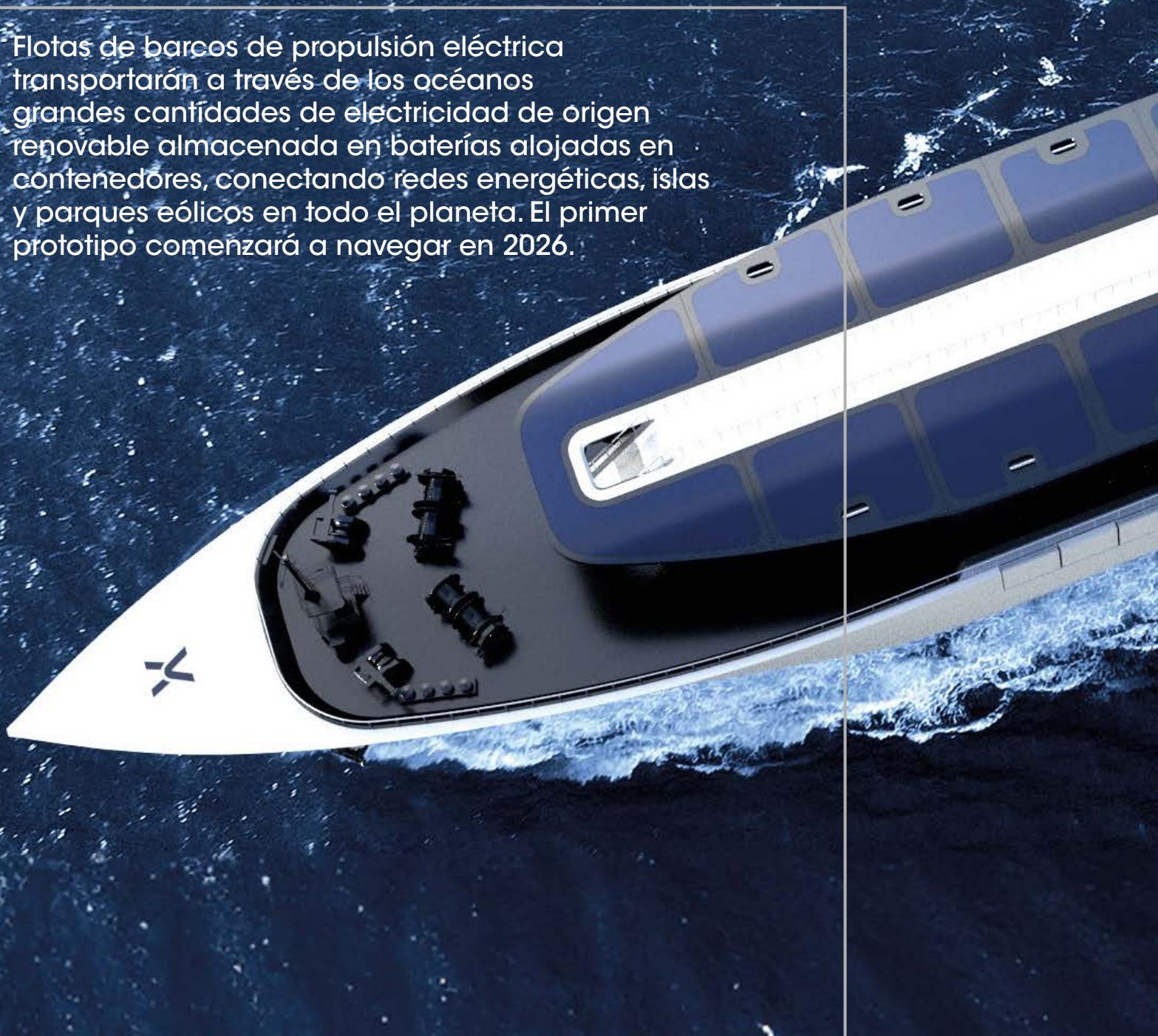
Conoces el
club Servi+ ?



Mas información en:
www.servigroup.es

BUQUES-BATERÍA PARA TRANSPORTAR ELECTRICIDAD

Flotas de barcos de propulsión eléctrica transportarán a través de los océanos grandes cantidades de electricidad de origen renovable almacenada en baterías alojadas en contenedores, conectando redes energéticas, islas y parques eólicos en todo el planeta. El primer prototipo comenzará a navegar en 2026.





BATTERY TANKERS TO TRANSPORT ELECTRICITY

Fleets of electric-powered ships will transport vast amounts of renewable electricity stored in containerised batteries across the oceans, connecting power grids, islands and wind farms around the globe.

The first prototype will begin sailing in 2026.



El primer buque cisterna Ark 100 tendrá propulsión eléctrica, contará con una eslora de 140 metros y llevará 96 grandes baterías marinas, con una capacidad total de almacenamiento eléctrico de 241MWh.

Elon Musk, director ejecutivo (CEO) de Tesla y uno de los empresarios más ricos del mundo, efectuó una predicción audaz en 2017, al aventurar que en el futuro "todo será completamente eléctrico, excepto (ironicamente) los cohetes", pronosticando que los barcos serán los siguientes medios de transporte más fáciles de electrificar después de los automóviles.

Seis años después su profecía sobre el transporte marítimo de aguas profundas está a punto de hacerse realidad con las pruebas en el mar, anunciadas para 2026, del primer buque de propulsión eléctrica que además será capaz de transportar a través de los océanos grandes cantidades de electricidad de origen renovable almacenada en contenedores-batería.

Elon Musk, CEO of Tesla and one of the world's richest entrepreneurs, made a bold prediction in 2017, venturing that in the future "everything will be all electric, except (ironically) rockets", predicting that ships will be the next easiest mode of transport to electrify after automobiles.

Six years later his prophecy about deep sea shipping is about to come true. Sea trials, have been announced for 2026, of the first electric-powered vessel that will also be capable of transporting large amounts of renewably sourced electricity across the oceans, stored in battery containers.

The Ark 100 tanker, developed by Japanese electric battery company PowerX, will be 140 metres long and 18.6 metres wide, and will be equipped with 96 containerised batteries that will transport 241MWh of electricity by sea over short distances.

HIGH ELECTRICAL STORAGE CAPACITY

These tankers, which will transport electricity instead of storing and transporting large volumes of fuels, gases or liquids like conventional tankers, will connect grids, islands and offshore wind farms (which generate



El buque cisterna Ark 100, desarrollado por la empresa japonesa de baterías eléctricas PowerX, tendrá 140 metros de longitud y 18,6 metros de ancho, y estará equipado con 96 baterías en contenedores que transportarán 241 megavatios-hora de energía eléctrica por vía marítima en distancias cortas.

ALTA CAPACIDAD DE ALMACENAJE ELÉCTRICO

Estos buques cisterna, que transportarán electricidad en lugar de almacenar y trasladar grandes volúmenes de combustibles, gases o líquidos como los tanqueros convencionales, conectarán redes de suministro, islas y parques marinos eólicos (que generan electricidad mediante turbinas movidas por el viento en el mar y situadas sobre estructuras asentadas sobre el lecho marino). El primer barco de este tipo se completará en 2025, comenzará a probarse en aguas japonesas e internacionales previstas en 2026, según adelantó Masahiro Ito, presidente y CEO de PowerX.

Paralelamente se establecerá una nueva compañía llamada 'Ocean Power Grid', destinada a operar las futuras flotas de buques-batería, que se encargarán de transportar la energía eléctrica de origen renovable

The first Ark 100 tanker will have electric propulsion, will be 140 metres long and will be equipped with 96 containerised marine batteries, providing a total capacity of 241MWh.

electricity from wind turbines at sea, built on seabed structures). The first such ship will be completed in 2025, and will begin testing in Japanese and international waters in 2026, according to Masahiro Ito, president and CEO of PowerX.

In parallel, a new company called 'Ocean Power Grid' will be established to operate future fleets of battery ships and will be responsible for transporting electricity from renewable sources to various destinations in Japan and overseas, according to Masahiro Ito.

The Ark 100 vessel will incorporate technological advances previously developed by PowerX to store and deliver renewable electricity for domestic, industrial and marine use.

a distintos puntos de destino, localizados en Japón y el extranjero, según Masahiro Ito. En el buque Ark 100 se incorporarán avances tecnológicos desarrollados previamente por la compañía PowerX para almacenar y suministrar electricidad renovable de uso doméstico, industrial y marino.

BATERÍAS MARINAS CON TECNOLOGÍA LFP

PowerX ha desarrollado una gama de baterías recargables y alojadas en contenedores de gran tamaño (MegaPower) y destinadas a almacenar la electricidad generada por paneles solares y turbinas aerogeneradoras, con una nueva tecnología denominada LFP (fósforo de hierro y litio), que ofrece un bajo riesgo sobrecaleamiento y una prolongada vida útil.

Se trata de las denominadas baterías LFP. La firma japonesa también ha desarrollado un sistema modular de recarga ultrarrápida para vehículos eléctricos "todo en uno", denominado Hypercharger.

El Hypercharger funciona conectado a una batería de almacenamiento LFP, a un transformador y a un controlador de energía. Todo este sistema utiliza bajo voltaje (200 voltios o V) sin requerir una costosa infraestructura de alto voltaje, ni una construcción compleja, según Power X.

El primer buque Ark 100 alojará 96 baterías LFP, cada una de las cuales garantiza una vida útil de más de 6000 ciclos (carga y descarga completa de electricidad) y está alojada en un módulo o contenedor, lo que permite instalar baterías adicionales para crear embarcaciones más grandes y con mayor capacidad de almacenamiento y transporte de electricidad.

El barco incorporará un sistema de control de emisiones de gas y extinción de incendios, y de monitoreo en tiempo real de las baterías y los equipos de carga y conversión eléctrica, para garantizar la máxima seguridad, de acuerdo a Power X.

Los buque-cisterna, equipados con baterías LFP, transportarán la electricidad almacenada, hasta los puertos, y la entregarán en las estaciones de carga y descarga eléctricas situadas en su cercanía, las cuales estarán conectadas a la red de suministro eléctrico, áreas urbanas y regiones con alta demanda y consumo de energía.

Estos barcos también cargan en sus baterías la electricidad producida en zonas geográficas con alta capacidad o potencial de generar energía renovable mediante tecnología solar o eólica.

A medida que las baterías LFP se perfeccionen, aumentando su capacidad de almacenamiento de electricidad y reduciendo su costo, se prevé que los buques-cisterna podrán transportar electricidad renovable a mayores distancias, más allá de los 300 kilómetros de singladura prevista, que tendrá el primer prototipo.

Así, posibilitarán poner en marcha nuevos parques eólicos marinos en áreas geográficas donde resulta muy complejo desplegar y reparar cables submarinos y es muy costoso instalar infraestructuras de transformación y trasmisión eléctricas.

Estos problemas se superarán al transportar por vía marítima la electricidad que generen estas instalaciones aerogeneradoras.



Masahiro Ito

El primer barco de este tipo se completará en 2025, comenzará a probarse en aguas japonesas e internacionales previstas en 2026.

The first such ship will be completed in 2025, and will begin testing in Japanese and international waters in 2026.

MARINE BATTERIES WITH LFP TECHNOLOGY

PowerX has developed a range of rechargeable batteries housed in large containers (MegaPower) which store electricity generated by solar panels and wind turbines, using a new technology called LFP (lithium iron phosphate), which has a low risk of overheating and a long service life.

These are the so-called LFP batteries. The Japanese firm has also developed a modular, all-in-one ultra-fast charging system for electric vehicles, called Hypercharger.

The Hypercharger is connected to an LFP storage battery, a transformer and a power controller. This entire system uses low voltage (200 volts) without requiring expensive high-voltage infrastructure or complex construction, according to Power X.

The first Ark 100 vessel will house 96 LFP batteries, each of which is guaranteed to last more than 6000 cycles (full charge and discharge of electricity) and is housed in a module or container, allowing additional batteries to be installed to create larger vessels with greater electrical storage and transport capacity.

The vessel will incorporate a gas emissions control and fire suppression system, and real-time monitoring of the batteries and the charging and electrical conversion equipment, to ensure maximum safety, according to PowerX.

The tankers, equipped with LFP batteries, will transport the stored electricity to the ports and deliver it to nearby electrical charging and discharging stations, which will be connected to the grid, urban areas and regions with high energy demand and consumption.

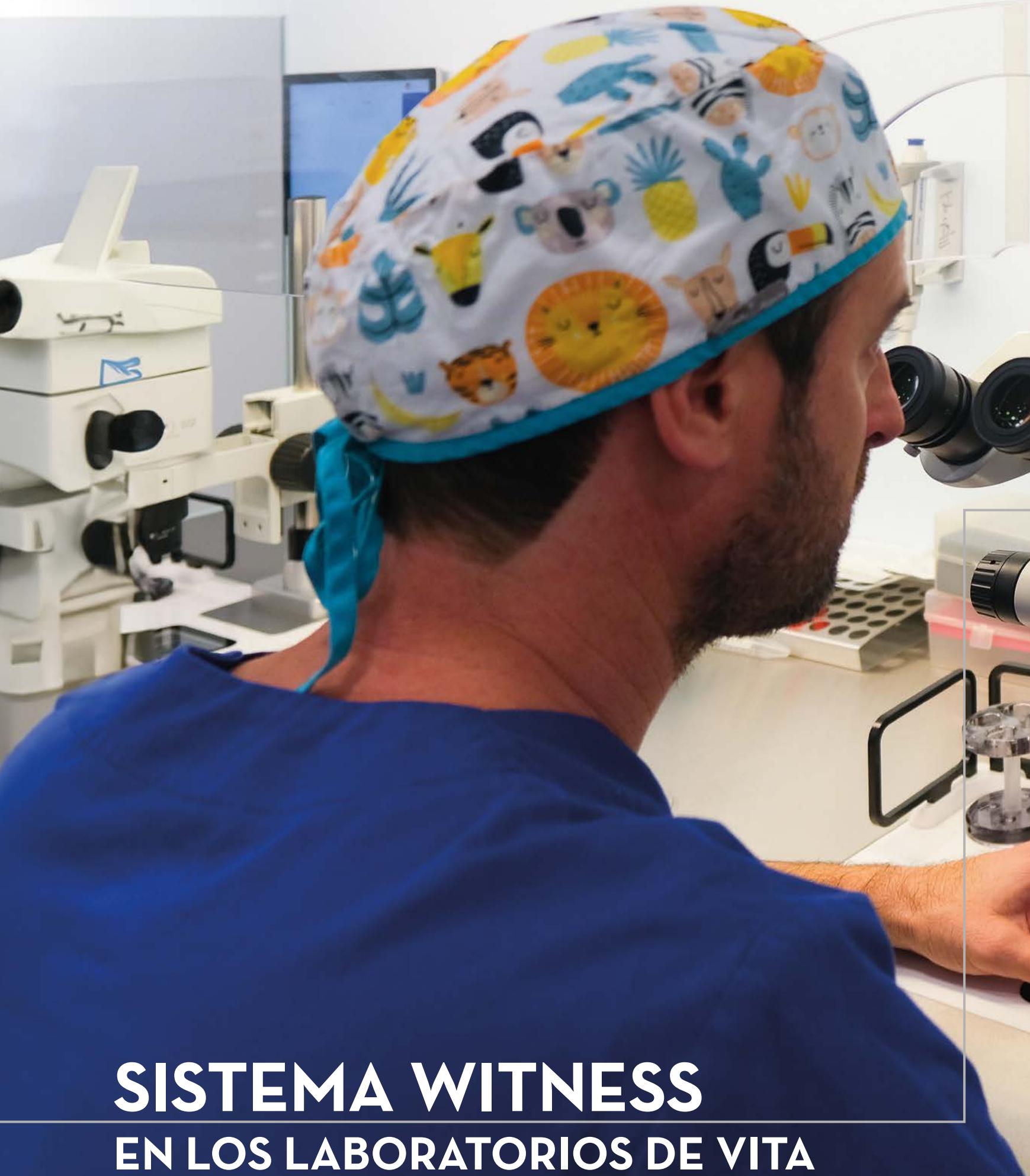
These ships will also charge their batteries with electricity produced in areas which have a high capacity, or potential, to generate renewable energy through solar or wind technology.

As LFP batteries are further developed, increasing their electrical storage capacity and reducing their cost, it is expected that the tankers will be able to transport renewable electricity over longer distances, beyond the 300 kilometre planned voyage of the first prototype.

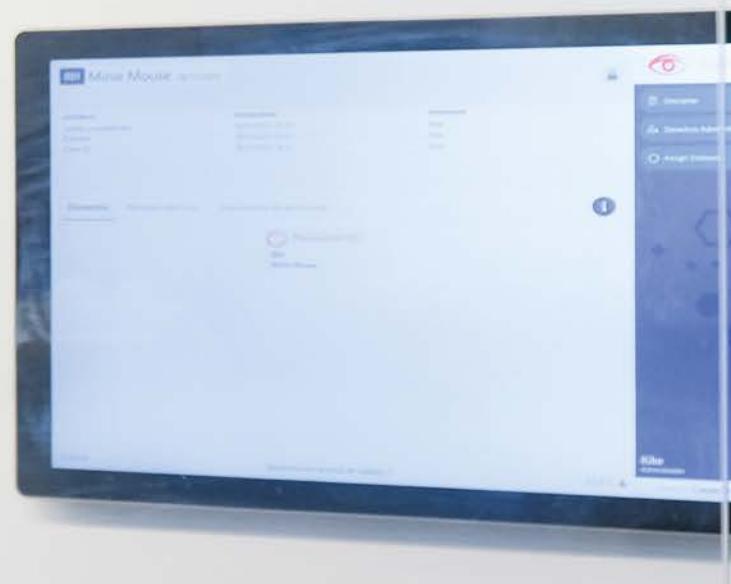
This will enable new offshore wind farms to be set up in geographical areas where it is very complex to deploy and repair submarine cables and very costly to install electricity transmission infrastructure.

These problems will be overcome by transporting the electricity generated by these wind turbines by sea.





SISTEMA WITNESS EN LOS LABORATORIOS DE VITA



WITNESS SYSTEM IN THE VITA LABORATORIES



En la constante búsqueda de la excelencia en el campo de la medicina reproductiva, VITA, la clínica de fertilidad de IMED Hospitales, da un paso firme hacia adelante con la incorporación del avanzado sistema Witness en sus laboratorios. Este hito marca un avance significativo en la garantía de la seguridad y la precisión en los procesos de reproducción asistida.

El sistema Witness, reconocido a nivel mundial por su tecnología de vanguardia, se ha convertido en la piedra angular de los protocolos de seguridad en los laboratorios de fertilidad más destacados del mundo. La decisión de incorporar este sistema en nuestros propios laboratorios demuestra nuestro compromiso continuo con la innovación y la calidad en la atención médica.

¿EN QUÉ CONSISTE EL SISTEMA WITNESS?

Witness funciona a través de la integración de tecnología de identificación por radiofrecuencia (RFID), creando un sistema infalible para garantizar la trazabilidad y la identificación precisa en cada fase del proceso de reproducción asistida. Desde la selección de óvulos y espermatozoides hasta la fertilización y el cultivo embrionario, cada manipulación queda registrada digitalmente, eliminando cualquier posibilidad de error humano y garantizando la integridad de cada muestra.

El sistema Witness actúa como un guardián silencioso, vigilando cada fase del proceso de fertilización y asegurando que cada muestra se maneje con la máxima precisión y cuidado.

¿CÓMO ES EL PROCESO CON EL SISTEMA WITNESS?

SELECCIÓN DE MUESTRAS

Antes de comenzar cualquier procedimiento de fertilización in vitro, se inicia con la selección de las muestras de óvulos y espermatozoides. Cada muestra se etiqueta y se registra en el sistema Witness para establecer una identificación única asociada a esa muestra específica.

IDENTIFICACIÓN POR RADIOFRECUENCIA (RFID)

El sistema Witness utiliza tecnología de identificación por radiofrecuencia (RFID) para crear un registro digital de cada muestra. Cada recipiente que contiene muestras biológicas está equipado con un dispositivo RFID que almacena información específica sobre la muestra, como el código de identificación único y detalles relacionados con el paciente.

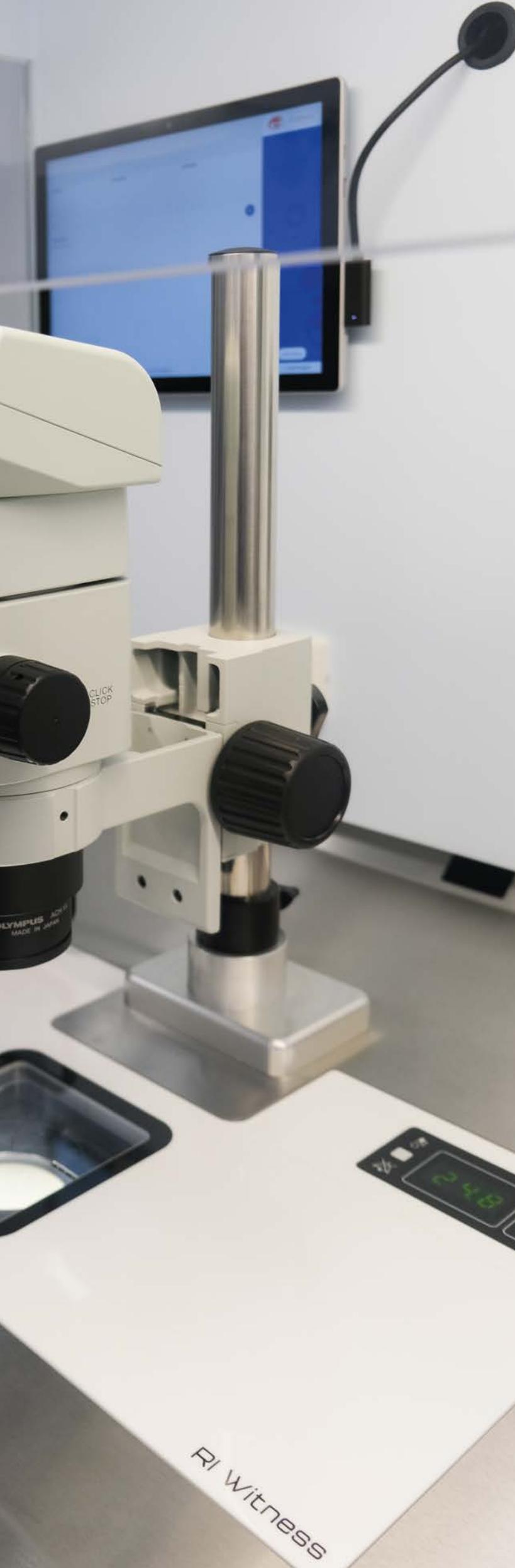
MANIPULACIÓN Y PROCESAMIENTO

Durante el proceso de fertilización, el personal del laboratorio realiza las manipulaciones necesarias con las muestras. Cada vez que una muestra se mueve o se manipula de alguna manera, el sistema Witness registra automáticamente la acción. Esto asegura que en todo momento se conozca la ubicación y el estado de cada muestra, evitando posibles errores o confusiones.



VITA, clínica de fertilidad de IMED Hospitales

La decisión de incorporar este sistema en nuestros propios laboratorios demuestra nuestro compromiso continuo con la innovación y la calidad en la atención médica.



In the constant search for excellence in the field of reproductive medicine, VITA, the fertility clinic of IMED Hospitales, has taken a firm step forward with the incorporation of the advanced Witness system in its laboratories. This milestone marks a significant advance in ensuring safety and accuracy in assisted reproduction processes.

The Witness system, recognised worldwide for its cutting-edge technology, has become the cornerstone of safety protocols in the world's leading fertility laboratories. The decision to incorporate this system into our own laboratories demonstrates our ongoing commitment to innovation and quality care.

WHAT IS THE WITNESS SYSTEM?

Witness works through the integration of radio frequency identification (RFID) technology, creating a foolproof system to ensure traceability and accurate identification at every stage of the assisted reproduction process. From egg and sperm selection to fertilisation and embryo culture, each manipulation is digitally recorded, eliminating any possibility of human error and ensuring the integrity of each sample.

The Witness system acts as a silent watchdog, monitoring every stage of the fertilisation process and ensuring that each sample is handled with the utmost precision and care.

WHAT IS THE WITNESS SYSTEM PROCESS?

SAMPLE SELECTION

Before any in vitro fertilisation procedure begins, it starts with the selection of the egg and sperm samples. Each sample is labelled and registered in the Witness system to establish a unique identification associated with that specific sample.

RADIO FREQUENCY IDENTIFICATION (RFID)

The Witness system uses radio frequency identification (RFID) technology to create a digital record of each sample. Each container containing biological samples is equipped with an RFID device that stores specific information about the sample, such as the unique identification code and patient-related details.

HANDLING AND PROCESSING

During the fertilisation process, laboratory staff perform the necessary manipulations with the samples. Each time a sample is moved or handled in any way, the Witness system automatically records the action. This ensures that the location and status of each sample is known at all times, avoiding possible errors or confusion.

EVENT LOGGING

Every event related to the samples, such as fertilisation or embryo culture, is recorded in the Witness system. These events are digitally documented, creating a complete and transparent history of all activities carried out in the laboratory.

El sistema Witness actúa como un guardián silencioso, vigilando cada fase del proceso de fertilización.

The Witness system acts as a silent watchdog, monitoring every stage of the fertilisation process.



REGISTRO DE EVENTOS

Cada evento relacionado con las muestras, como la fertilización o el cultivo embrionario, se registra en el sistema Witness. Estos eventos quedan documentados digitalmente, creando un historial completo y transparente de todas las actividades del laboratorio.

PREVENCIÓN DE ERRORES

Una de las funciones clave del sistema Witness es prevenir errores humanos o posibles confusiones. Si en algún momento hay una discrepancia entre la identificación de la muestra y la acción que se está llevando a cabo, el sistema emite alertas y detiene el procedimiento hasta que se resuelva la discrepancia. Esto añade una capa adicional de seguridad para garantizar la integridad de cada muestra.

SEGUIMIENTO POSTERIOR

Después de completar los procedimientos de fertilización y cultivo embrionario, el sistema Witness continúa registrando eventos durante el proceso de transferencia embrionaria. Esto asegura que la muestra correcta se utilice en cada etapa del tratamiento y que se mantenga la trazabilidad hasta el momento de la transferencia al útero de la paciente.

ERROR PREVENTION

One of the key functions of the Witness system is the prevention of human error or potential mix-ups. If at any time there is a discrepancy between the sample identification and the action being performed, the system alerts and halts the procedure until the discrepancy is resolved. This adds an additional layer of security to ensure the integrity of each sample.

SUBSEQUENT FOLLOW-UP

After completing the fertilisation and embryo culture procedures, the Witness system continues to record events during the embryo transfer process. This ensures that the correct sample is used at each stage of treatment and that traceability is maintained until the time of transfer into the patient's uterus.

RESULTS AND CONTINUOUS MONITORING

As the process unfolds, the results and any changes in the status of the samples are recorded and documented in the Witness system. This comprehensive approach not only ensures safety during treatment, but also provides valuable information that can be reviewed to improve procedures in the future.



RESULTADOS Y SEGUIMIENTO CONTINUO

A medida que se desarrolla el proceso, los resultados y cualquier cambio en el estado de las muestras se registran y documentan en el sistema Witness. Este enfoque integral no solo garantiza la seguridad durante el tratamiento, sino que también proporciona información valiosa que puede ser revisada para mejorar los procedimientos en el futuro.

UN COMPROMISO INQUEBRANTABLE CON LA SEGURIDAD DEL PACIENTE

Como clínica de fertilidad de IMED Hospitales, en VITA, la seguridad del paciente siempre ha sido nuestra máxima prioridad. La incorporación del sistema Witness refleja nuestro compromiso inquebrantable con la integridad y la seguridad en cada paso del proceso de reproducción asistida.

Nuestros pacientes confían en nosotros para hacer realidad sus sueños de ser padres, y consideramos que esta confianza merece los más altos estándares de seguridad y calidad. Esta incorporación no solo refleja nuestro compromiso con la seguridad, sino que también destaca nuestra disposición a adoptar la úl-

tima tecnología disponible en el campo de la reproducción asistida. En un entorno médico en constante evolución, es esencial estar a la vanguardia de la innovación para brindar a nuestros pacientes las mejores opciones de tratamiento.

Witness no solo es una medida de seguridad, sino una herramienta que mejora la eficiencia y la efectividad de nuestros procedimientos. Con su capacidad para integrarse perfectamente en nuestros procesos existentes, esta tecnología se convierte en un aliado valioso para nuestro equipo médico, permitiendo un enfoque más preciso y personalizado en cada caso.



AN UNWAVERING COMMITMENT TO PATIENT SAFETY

As an IMED Hospitales fertility clinic, patient safety has always been our top priority. The incorporation of the Witness system reflects our unwavering commitment to integrity and safety at every step of the assisted reproduction process. Our patients trust us to make their dreams of parenthood a reality, and we believe that this trust deserves the highest standards of safety and quality.

This addition not only reflects our commitment to safety, but also highlights our willingness to embrace the latest technology available in the field of assisted reproduction. In an ever-evolving medical environment, it is essential to be at the forefront of innovation to provide our patients with the best treatment options.

Witness is not only a safety measure, but a tool that improves the efficiency and effectiveness of our procedures. With its ability to seamlessly integrate into our existing processes, this technology becomes a valuable ally for our medical team, allowing for a more precise and personalised approach to each case.

Vita Benidorm

Calle Doctor Ramón y Cajal, 7
Benidorm (Alicante)
Tel. 966 87 87 82

Vita Elche

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

Vita Gandia

Carrer Ciutat de Barcelona, 29
Gandia (Valencia)
Tel. 966 878 782

www.vitafertilidad.com

LÁSER HOLMIUM

PARA TRATAR LA HIPERPLASIA BENIGNA DE PRÓSTATA EN EL HOSPITAL IMED ELCHE





HOLMIUM LASER TREATMENT
FOR BENIGN PROSTATIC HYPERPLASIA
OR BPH AT IMED ELCHE HOSPITAL



Dr. Édgar Olarte Barragán

Esta técnica mínimamente invasiva es especialmente eficaz en próstatas de gran tamaño, ofreciendo una alternativa segura y eficiente a nuestros pacientes.

El Hospital IMED Elche destaca por su compromiso con la innovación y el bienestar de sus pacientes. En particular, la atención a la hiperplasia benigna de próstata se ha transformado gracias a la técnica quirúrgica conocida como enucleación de próstata con láser holmium (HoLEP), que es realizada por el Dr. Édgar Olarte Barragán.

La hiperplasia benigna de próstata es una afección común en hombres, que puede afectar significativamente su calidad de vida. Entre los problemas asociados se encuentran las ganas constantes de orinar, micción débil, retención de orina y molestias tras orinar. En este escenario, la enucleación prostática con láser holmium (HoLEP) se presenta como una técnica

IMED Elche Hospital is conspicuous for its commitment to medical innovation and the well-being of its patients. In particular, treatment for benign prostatic hyperplasia has been transformed thanks to the surgical technique known as holmium laser enucleation of the prostate (HoLEP), which is performed by Dr. Édgar Olarte Barragán.

Benign prostatic hyperplasia or BPH is a common condition in men and can significantly affect their quality of life. Symptoms include a constant urge to urinate, weak urination, urinary retention and discomfort after urination. Holmium laser enucleation of the prostate (HoLEP) can be applied to treat these symptoms, it is a minimally invasive surgical technique that is setting the standard in the treatment of this condition. At IMED Elche Hospital, Dr. Édgar Olarte Barragán has gained prominence in the Alicante province by successfully applying this cutting-edge technique.

ADDRESSING BENIGN PROSTATIC HYPERPLASIA IN AN ADVANCED WAY

Dr. Édgar Olarte Barragán, urological specialist in the province of Alicante, shares his enthusiasm for HoLEP as the most advanced treatment option for benign



quirúrgica mínimamente invasiva que está marcando pauta en el tratamiento de esta condición. En el Hospital IMED Elche, el Dr. Édgar Olarte Barragán se ha destacado como un referente en la provincia de Alicante al aplicar con éxito esta vanguardista técnica.

ABORDANDO LA HIPERPLASIA BENIGNA DE PRÓSTATA DE FORMA AVANZADA

El Dr. Édgar Olarte Barragán, referente urológico en la provincia de Alicante, comparte su entusiasmo por la HoLEP como la opción de vanguardia para tratar la hiperplasia benigna de próstata. "Esta técnica mínimamente invasiva es especialmente eficaz en próstatas de gran tamaño, ofreciendo una alternativa segura y eficiente a nuestros pacientes", declara el doctor.

La HoLEP se destaca por ser la técnica menos invasiva disponible para abordar la hiperplasia benigna de próstata, eliminando la necesidad de incisiones y reduciendo significativamente el tiempo de recuperación en comparación con la cirugía abierta tradicional. El Dr. Olarte destaca: "El láser de Holmio nos permite realizar la enucleación del tejido prostático a través de la uretra, evitando incisiones externas y minimizando el riesgo de complicaciones".

Dr. Édgar Olarte Barragán

This minimally invasive technique is especially effective in enlarged prostates and offers a safe and efficient alternative for our patients.

prostatic hyperplasia. "This minimally invasive technique is especially effective in enlarged prostates and offers a safe and efficient alternative for our patients," says the doctor.

HoLEP is noteworthy as the least invasive technique available to treat benign prostatic hyperplasia, eliminating the need for incisions and significantly reducing recovery time when compared to traditional open surgery. Dr. Olarte points out: "The Holmium laser allows us to perform enucleation of the prostate tissue through the urethra, avoiding external incisions and minimising the risk of complications."

In addition, the technique allows the removal of tissue for analysis during the procedure, a feature that dif-

Además, la técnica permite la extracción de tejido para análisis durante la intervención misma, una característica que diferencia a la HoLEP de otras técnicas, como el láser verde. El Dr. Olarte explica: "Esta capacidad única nos brinda la oportunidad de realizar un análisis histopatológico inmediato del tejido, guiando nuestra intervención de manera más precisa".

DIFERENCIAS CRUCIALES CON LA CIRUGÍA ABIERTA

Comparada con la cirugía abierta, la HoLEP presenta ventajas notables que impactan directamente en la experiencia del paciente. La reducción de la estancia hospitalaria a 24 horas, la disminución del tiempo de sonda y la notable reducción del sangrado son elementos clave que marcan la diferencia.

En palabras del Dr. Olarte: "La HoLEP redefine la experiencia quirúrgica para nuestros pacientes. Menos tiempo en el hospital, menos molestias y una recuperación más rápida; es una opción que estamos orgullosos de ofrecer".

EL PROCESO: UNA DANZA DE PRECISIÓN Y TECNOLOGÍA

La enucleación (extirpación) de próstata con láser holmium se realiza a través de la uretra, evitando incisiones externas. El Dr. Olarte describe el procedimiento: "A través de la uretra, introducimos una fibra de láser que nos permite enuclear el tejido prostático obstrutivo, desplazándolo hacia la vejiga para su posterior extracción". La duración de la cirugía varía según el tamaño de la próstata, pero la precisión del láser de Holmio asegura un procedimiento seguro y efectivo.

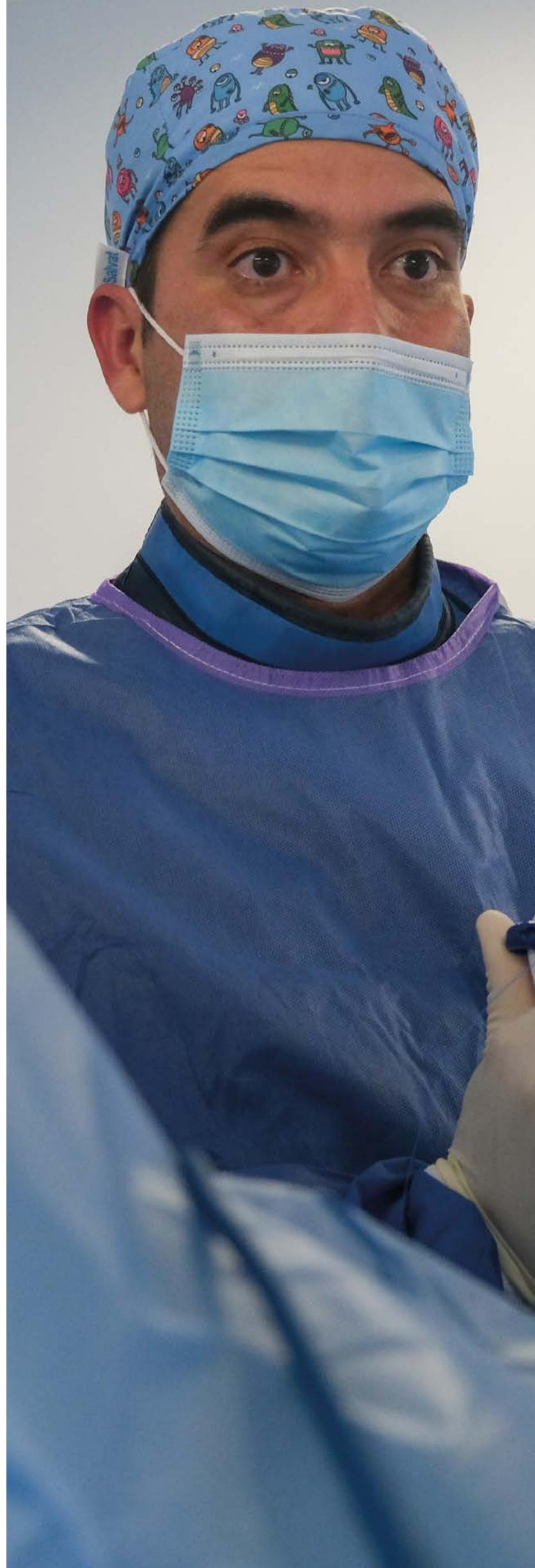
Dentro de las opciones de abordaje quirúrgico, el láser holmium se destaca como una herramienta versátil y efectiva. El Dr. Olarte destaca: "Este láser emite un haz de luz concentrado de alta energía, permitiendo la ablación del tejido prostático sin sangrado significativo y formando cicatrices inmediatas que promueven una recuperación más rápida".

UN EQUIPO DEDICADO

Ante los problemas de próstata, el Dr. Olarte insta a los hombres a tomar acción. "Desde solicitar información hasta la consulta con el urólogo, estamos aquí para guiar a nuestros pacientes en cada paso del camino", asegura el médico.

El Dr. Pau Sarrio Sanz forma parte del equipo que lleva a cabo este procedimiento en el hospital. "El Dr. Sarrio forma parte activa del equipo que lleva a cabo esta técnica; junto a nosotros el resto de profesionales de quirófano y de todo IMED hacen posible que sea mos el único centro privado de la provincia en llevar a cabo este procedimiento avanzada".

En conclusión, la enucleación de próstata con láser holmium representa una opción moderna y eficaz para aquellos que buscan una solución a los problemas de próstata. En el Hospital IMED Elche, el Dr. Édgar Olarte y su equipo están liderando la carga hacia un futuro de tratamientos urológicos más seguros, efectivos y menos invasivos.



Dr. Olarte

Desde solicitar información hasta la consulta con el urólogo, estamos aquí para guiar a nuestros pacientes en cada paso del camino.

From requesting information to consulting with a urologist, we are here to guide our patients every step of the way.



differentiates HoLEP from other techniques, such as the green laser treatment. Dr Olarte explains: "This unique capability gives us the opportunity to perform immediate histopathological analysis of the tissue, therefore guiding our surgery more precisely."

CRUCIAL DIFFERENCES WITH OPEN SURGERY

Compared to open surgery, HoLEP has notable advantages that directly impact the patient experience. The reduction of the hospital stay to 24 hours, the decrease in catheterisation time and the considerable reduction in bleeding are key differentiating elements.

In Dr. Olarte's words: "HoLEP redefines the surgical experience for our patients. Less time in the hospital, less discomfort and a faster recovery; it's an option we are proud to offer."

THE PROCESS: A DANCE OF PRECISION AND TECHNOLOGY

Holmium laser enucleation (removal) of the prostate tissue is performed through the urethra, avoiding external incisions. Dr. Olarte describes the procedure: "A laser optical fibre is introduced through the urethra that allows the enucleation of the obstructive prostate tissue, and displaces it towards the bladder for later removal."

The length of the surgery varies depending on the size of the prostate, but the precision of the Holmium laser ensures a safe and effective procedure.

Among the surgical approach options, the holmium laser stands out as a versatile and effective tool. Dr. Olarte notes: "This laser emits a concentrated, high-energy beam of light, allowing ablation of prostate tissue without significant bleeding and the immediate formation of scar tissue, thereby allowing faster recovery."

A DEDICATED TEAM

When faced with prostate problems, Dr Olarte urges men to take action. "From requesting information to consulting with a urologist, we are here to guide our patients every step of the way," he says.

Dr. Pau Sarrio Sanz is part of the team performing this procedure at the hospital. "Dr. Sarrio is an active member of the team that carries out this technique; together with the rest of the professionals in the operating room and throughout IMED we are the only private centre in the province to carry out this advanced procedure".

In conclusion, prostate enucleation with holmium laser represents a modern and effective option for those seeking a solution to prostate problems. At IMED Elche Hospital, Dr. Edgar Olarte and his team are leading the way towards a future of safer, more effective and less invasive urological treatments.

ADICCIÓN A LA IA, ¿ES POSIBLE?

Un año después del lanzamiento de ChatGPT, el 30 de noviembre de 2022, la inteligencia artificial se utiliza cada vez más para crear contenidos, trabajar, estudiar, buscar información o entretenerse, sobre todo a través de chatbots, y debido a su rapidez y facilidad de uso resulta una herramienta cada vez más atractiva. ¿Podría volverse adictiva? Especialistas nos ofrecen algunas respuestas.



ADDICTION TO AI, IS IT POSSIBLE?

One year after the launch of ChatGPT on 30 November 2022, artificial intelligence is increasingly being used to create content, work, study, search for information or entertain, especially through chatbots and, due to its speed and ease of use, it is an increasingly attractive tool. Could it become addictive? Specialists give some answers.



El 30 de noviembre de 2023 se cumplió el primer año del lanzamiento de ChatGPT, un modelo de Inteligencia Artificial en formato de diálogo, desarrollado por OpenAI, sobre el cual hay cada vez más información sobre sus aplicaciones y repercusiones y surgen nuevos interrogantes sobre sus impactos en la sociedad. La Inteligencia Artificial (IA) se utiliza cada vez más para crear contenidos, trabajar, estudiar, buscar información o entretenerse, sobre todo a través de chatbots, y debido a su rapidez y facilidad de uso resulta una herramienta cada vez más atractiva. ¿Podría volverse adictiva?

Por ejemplo, se sabe que las tecnologías de la información y la comunicación están generando en muchos usuarios comportamientos que encajan en una de las definiciones de "adicción": una dependencia de la práctica de una actividad que resulta nociva para la salud o el equilibrio psíquico.

30 November 2023 marked the one-year anniversary of the launch of ChatGPT, developed by OpenAI, it is an Artificial Intelligence model in dialogue format. There is a growing amount of information about its applications and repercussions and concerns about its impact on society.

Artificial Intelligence (AI) is increasingly used to create content, work, study, search for information or entertain, especially through chatbots and, due to its speed and ease of use, it is an increasingly attractive tool. Could it become addictive?

For example, it is known that information and communication technologies are generating behaviours in many users that fit one of the definitions of "addiction": a dependence on the practice of an activity that is harmful to health or psychological balance.



Algunos usuarios navegan por Internet saltando de un hipervínculo a otro sin cesar.

Efectúan búsquedas en Google durante horas; juegan a los videojuegos 'online' o fuera de línea sin parar; visionan contenidos de tipo sexual sin poder "despegarse" de la pantalla; o se conectan a cada instante a las redes sociales.

Otros utilizan el 'smartphone' en todo momento y lugar; derrochan enormes cantidades de tiempo y dinero en apuestas o compra electrónicas; o se pasan todo el día en línea, a veces hasta la madrugada, utilizando las 'apps' y chats de citas.

¿Podría la inteligencia artificial (IA) sumarse a la lista de canales o recursos digitales capaces de provocar una adicción, sobre todo en una de sus vertientes más utilizadas y populares, y accesibles a los usuarios, como son los chatbots conversacionales como ChatGPT, Google Bard, Youchat, Bing Chat o Replika?

Some users surf the Internet by jumping from one hyperlink to another incessantly

They search Google for hours; they play online or offline video games non-stop; they watch sexual content without being able to take their eyes off the screen; or they connect to social networks at every moment.

Others use their smartphones everywhere and at all times; waste enormous amounts of time and money on gambling or e-shopping; or spend all day online, sometimes into the early hours of the morning, using dating apps and chat rooms.

Could artificial intelligence (AI) join the list of digital channels or resources capable of causing addiction, especially in one of its more widely used, popular, user-accessible forms, such as conversational chatbots like ChatGPT, Google Bard, Youchat, Bing Chat or Replika?

Belén Tormo Gregori

Servicio Psicología IMED Gandía

La adicción a la IA es un fenómeno creciente, que abarca el uso excesivo y compulsivo de tecnologías. Esta adicción puede manifestarse de diversas maneras, incluyendo la incapacidad de controlar el tiempo que se les dedica, la necesidad constante de estar conectado y la preferencia por las interacciones virtuales por encima de las relaciones personales.

Todavía es pronto para saberlo, pero lo que ha ocurrido y ocurre con otras tecnologías digitales, puede ofrecer claramente algunas pistas. Los 'chatbots' son programas informáticos basados en IA accesibles a través de Internet y que permiten a un usuario mantener una conversación con una máquina, la cual es capaz de entenderle y responderle como si fuera otra ser humano.

Además de proporcionar información y generar contenidos con rapidez, estos sistemas interactúan con las personas con la naturalidad y coherencia propias de un ser humano, e incluso pueden "aprender" a interpretar el tono emocional del usuario que se comunica con el chatbot y responder en consonancia.

RIESGOS DE LA HIPERCONECTIVIDAD

Esto puede resultar muy atractivo, para determinadas personas, sobre todo jóvenes, que se sienten solas de manera habitual.

"Desde hace años veo en mi consulta problemas relacionados con el abuso de la tecnología. Por ejemplo, adultos incapaces de poner el móvil en silencio por si les llaman o reciben un mensaje, incluso en una cena con su pareja o mientras duermen", apunta la psicóloga Gabriela Paoli.

"También se observa un aumento de casos de adolescentes enganchados a la pantalla la mayor parte del día y que parecen vivir en otro mundo; o de niños que lloran o se ponen violentos cuando sus padres les obligan a dejar el mando de la video-consola", señala Paoli, autora del libro 'Salud Digital'.

Añade que la hiperconectividad nos ha traído problemas o trastornos como la "nomofobia" (pánico a no poder comunicarse a través del móvil), el tecno-estrés que sufren muchos trabajadores o profesionales, o el "fomo" ("miedo a perderse algo"), más frecuente entre jóvenes y que se manifiestan en forma de ansiedad, nerviosismo, angustia y, sobre todo, una necesidad compulsiva de estar conectados.

Dado que el auge de los chatbots de IA es muy reciente, hay muy poca información científica o médica sobre la problemática que podrían generar y aún es pronto para tener datos epidemiológicos sobre una posible adicción a estos sistemas, según Paoli.

"Partiendo de la base de que cualquier actividad que produzca placer es susceptible de convertirse en adictiva, la IA también puede exponernos a algunos riesgos y peligros", apunta.





66

Belén Tormo Gregori
Psychology Service IMED Gandía

AI addiction is a growing phenomenon, it encompasses the excessive and compulsive use of this technology. This addiction can manifest itself in various ways, including the inability to control the time spent on these technologies, the constant need to be connected and the preference for virtual interactions over personal relationships, mainly affecting younger people.

It is still too early to tell, but what has happened and is happening with other digital technologies can offer some clues.

Chatbots are AI-based computer programmes, accessible via the internet, that allow a user to have a conversation with a machine, which is able to understand and respond to them as if they were another human being.

In addition to providing information and generating content quickly, these systems interact with people with the naturalness and consistency of a human being, and can even "learn" to interpret the emotional tone of the user communicating with the chatbot and respond accordingly.

RISKS OF HYPERCONNECTIVITY

This can be very attractive for certain people, especially young people, who feel lonely on a regular basis.

"For years now, I have been seeing problems in my practice related to the abuse of technology. For example, adults are unable to put their mobile phones on silent in case they are called or receive a message, even at dinner with their partner or while they are sleeping," says psychologist Gabriela Paoli.

"We are also seeing an increase in cases of teenagers who are hooked to the screen most of the day and who seem to live in another world; or children who cry or become violent when their parents force them to put down their video console," says Paoli, author of the book 'Digital Health'.

She adds that hyperconnectivity has brought us problems or disorders such as "nomophobia" (panic at not being able to communicate via mobile phones), the techno-stress suffered by many workers or professionals, or "fomo" ("fear of missing out on something"), which is more common among young people and manifests itself in the form of anxiety, nervousness, anguish and, above all, a compulsive need to be connected.

Given that the rise of AI chatbots is very recent, there is very little scientific or medical information on the problems they could generate and it is still too early to have epidemiological data on people's addiction to these systems, according to Paoli.

"Assuming that any activity that produces pleasure is likely to become addictive, AI can also expose us to some risks and dangers," she says.



DUDOSO REMEDIO PARA LA SOLEDAD

Desde el punto de vista de los expertos, los más vulnerables a una posible adicción son los adolescentes y jóvenes que están en pleno desarrollo y consolidación de su identidad, de sus habilidades socio-emocionales y tomando decisiones sobre su futuro.

Es un futuro que en muchos casos les genera incertidumbre, miedo y frustración, por lo que puede resultarles más tentador, divertido y cómodo conversar con un 'chatbot' que con un amigo o colega humano, según esta experta. Esto se enlaza con otro problema que va en aumento: la soledad no deseada, que está afectando a cada vez más jóvenes, y no solo a los mayores, como venía sucediendo.

La sensación de sentirse solo puede convertir a estas "herramientas sociales", como algunos denominan a los chatbots, en un supuesto "antídoto maravilloso" contra la soledad, apunta Gabriela Paoli.

Sin embargo y paradójicamente, producirán todo lo contrario, al intensificar, en vez de mitigar, el sentimiento de soledad y aislamiento de aquellas personas que recurran a estos sistemas tecnológicos, según Paoli. Así, el supuesto antídoto contra la soledad, podría convertirse en algo tóxico o patológico.

Para prevenir una posible adicción a los chatbots, los expertos recomiendan plantearse qué uso se le quiere dar, interactuar con esta tecnología de forma consciente, y sobre todo controlar el tiempo que pasamos con estos programas de IA. Si una persona no presta atención a la duración de su conexión, puede perder la noción del tiempo que dedica a estas interacciones y pasar días sin hablar con nadie.

DUBIOUS REMEDY FOR LONELINESS

From the experts' point of view, the most vulnerable to possible addiction are adolescents and young people who are in the midst of developing and consolidating their identity, their socio-emotional skills and making decisions about their future.

It is a future that, in many cases, generates uncertainty, fear and frustration, so they may find it more tempting, fun and comfortable to chat with a chatbot than with a human friend or colleague, according to this expert. This ties in with another growing problem: unwanted loneliness, which is affecting more and more young people, unlike previously, when loneliness mostly affected just the elderly.

The feeling of being lonely can turn these "social tools", as some call chatbots, into a supposed "wonderful antidote" to loneliness, says Gabriela Paoli.

However, paradoxically, they will produce the opposite effect, by intensifying rather than mitigating the feeling of loneliness and isolation of those who resort to these technological systems, according to Paoli. Thus, the supposed antidote to loneliness could become toxic or pathological.

To prevent a possible addiction to chatbots, experts recommend considering what use they are intended for, interacting with this technology in a conscious way, and above all controlling the time we spend with these AI programmes. If a person does not pay attention to the duration of their connection, they can lose track of the time they spend on these interactions and spend days without talking to anyone.



Saber más:



Pioneros en cirugía robótica

+ experiencia

+ precisión

+ seguridad

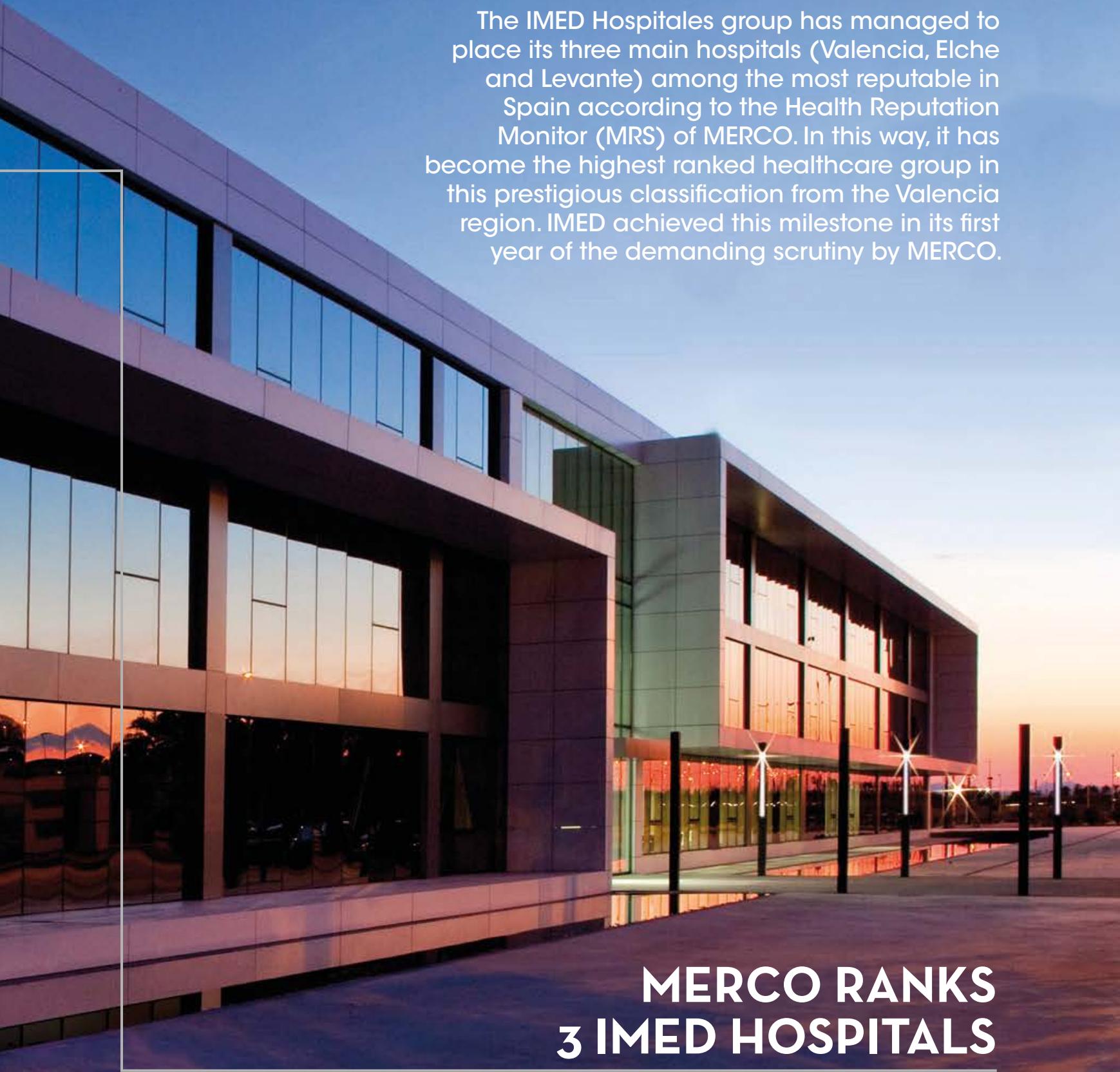
El Hospital IMED Valencia es el **centro con más experiencia en la Comunidad Valenciana** en el uso de cirugía robótica con Da Vinci.

Tras más de 6 años desde la primera intervención quirúrgica con robot, hoy el programa de cirugía robótica llega a especialidades como **urología, ginecología, cirugía general y cirugía torácica**.

El Hospital cuenta con equipos acreditados y con una amplia experiencia en el uso de esta tecnología, lo que permite ofrecer los mejores resultados.

MERCO RECONOCE A 3 HOSPITALES DE IMED ENTRE LOS MÁS REPUTADOS DE ESPAÑA

El grupo IMED Hospitales ha conseguido situar a sus tres hospitales principales (Valencia, Elche y Levante) entre los más reputados de España según el Monitor de Reputación Sanitaria (MRS) de MERCO. De esta forma, se convierte en el grupo sanitario de la Comunidad Valenciana con más representación en este prestigioso ranking. IMED ha conseguido este hito tras ser el primer año en el que se somete al exigente escrutinio de MERCO.



The IMED Hospitales group has managed to place its three main hospitals (Valencia, Elche and Levante) among the most reputable in Spain according to the Health Reputation Monitor (MRS) of MERCO. In this way, it has become the highest ranked healthcare group in this prestigious classification from the Valencia region. IMED achieved this milestone in its first year of the demanding scrutiny by MERCO.

MERCO RANKS 3 IMED HOSPITALS AMONG THE MOST REPUTABLE IN SPAIN

IMED Valencia

MERCO (Monitor Empresarial de Reputación Corporativa) destaca como el principal monitor corporativo en España, desempeñando su rol de evaluador de la reputación empresarial desde el año 2000. Este instrumento de evaluación reputacional abarca diversos sectores -además del sanitario-, incluyendo marcas de consumo, ciudades o líderes, entre otros. MERCO se distingue por su estatus como el 'primer monitor auditado del mundo', con KPMG realizando la auditoría conforme a la Norma ISAE 3000. Esta certificación subraya la rigurosidad y confiabilidad de MERCO en la evaluación de la reputación empresarial.

El Monitor de Reputación Sanitaria (MRS) se caracteriza por su enfoque exhaustivo, llevando a cabo una evaluación integral que abarca diversas perspectivas. Este sistema analiza las percepciones de médicos, enfermeros, farmacéuticos hospitalarios, asociaciones de pacientes, periodistas sanitarios y miembros de la administración sanitaria a través de encuestas especializadas. Además, realiza un análisis de indicadores objetivos de calidad asistencial basados en la presentación de datos con el objetivo de proporcionar una visión cuantitativa de la excelencia en el ámbito de la salud. Asimismo, el Monitor considera méritos reputacionales mediante el análisis de información pública, consolidando así un criterio integral que permite identificar de manera precisa los servicios hospitalarios y hospitales más destacados y reconocidos en el panorama sanitario del país.

"El MRS cuenta con una metodología auditada e independiente, por lo que es una valoración de gran valor para nosotros. Es el primer año en el que aparecemos

MERCO (Corporate Reputation Business Monitor) is the leading corporate monitor in Spain, and has been evaluating corporate reputation since 2000. This reputational assessment tool covers various sectors in addition to healthcare, including consumer brands, cities or leaders, among others. MERCO is distinguished by its status as the 'world's first audited monitor', with KPMG performing the audit according to the ISAE 3000 Standard. This certification underlines MERCO's rigour and reliability in assessing corporate reputation.

The Health Reputation Monitor (MRS) is characterised by its comprehensive approach, conducting a holistic assessment that encompasses a variety of perspectives. The system analyses the perceptions of doctors, nurses, hospital pharmacists, patient associations, healthcare journalists and members of the healthcare administration through specialised surveys.

In addition, it analyses objective indicators of quality of care, based on the presentation of data with the aim of providing a quantitative view of excellence in healthcare.

The Monitor also considers reputational merits through the analysis of public information, thus consolidating a comprehensive criterion that makes it possible to accurately identify the most outstanding and recognised hospital services and hospitals in the country's healthcare landscape.

"MRS has an audited and independent methodology, so it is a very valuable assessment for us. This is the first year in which we have appeared in this ranking and we will continue to work in each of our hospitals



IMED Levante

en este ranking y seguiremos trabajando en cada uno de nuestros hospitales para seguir ofreciendo el mejor servicio, ya que estamos seguros de que es el camino para seguir escalando posiciones", han declarado fuentes de IMED Hospitales.

SOBRE LOS HOSPITALES DE IMED EN EL MRS

IMED Valencia (puesto 48) abrió sus puertas en febrero del año 2017. Considerado como el buque insignia del grupo, cuenta con 185 camas, más de 100 despachos de consultas externas y 15 quirófanos. Destaca por el nivel asistencial que ha alcanzado desde su apertura y por su dotación tecnológica, en la que ocupa un lugar especial el robot quirúrgico Da Vinci.

IMED Elche (53) fue el segundo gran hospital del Grupo IMED y comenzó a funcionar en noviembre de 2011. El centro, que ha ido creciendo en instalaciones para adaptarse a la demanda creciente de servicios de salud en el sur de la provincia de Alicante, cuenta con 119 habitaciones y 12 quirófanos.

IMED Levante (59) es el origen del grupo. Ubicado en la zona de Levante de Benidorm, abrió sus puertas en 2004. Actualmente, está finalizando la ampliación que lo convertirá en el hospital privado más importante de la provincia de Alicante por tamaño, con más de 150 habitaciones, 10 quirófanos y más de 90 despachos de consultas externas. La atención de pacientes internacionales ha sido uno de los elementos que han caracterizado a este centro de IMED ubicado en la turística comarca de la Marina Baixa.

"to continue offering the best service, as we are sure that this is the way to continue climbing positions," said IMED Hospitales sources.

ABOUT IMED HOSPITALS IN THE MRS

IMED Valencia (ranked 48th) opened its doors in February 2017. Considered the flagship of the group, it has 185 beds, more than 100 outpatient rooms and 15 operating theatres. Since its opening, it has been recognised for the high level of care and for its high-tech equipment, notably including the Da Vinci surgical robot.

IMED Elche (53) is the second large hospital of the IMED Group and began operating in November 2011. The centre, which has grown its facilities to adapt to the growing demand for healthcare services in the south of the province of Alicante, has 119 rooms and 12 operating theatres.

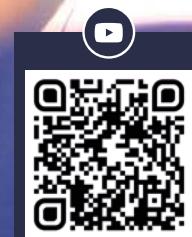
IMED Levante (59) is the origin of the group. Located in the Levante area of Benidorm, it opened its doors in 2004. It is currently completing an expansion that will make it the largest private hospital in the province of Alicante in terms of size, with more than 150 rooms, 10 operating theatres and more than 90 outpatients' rooms. The care of international patients has been one of the elements that have characterised this IMED centre located in the tourist region of Marina Baixa.

PRIMERA OPERACIÓN DE CRANEOSINOSTOSIS

A UN BEBÉ DE 9 MESES
EN IMED VALENCIA

THE FIRST CRANIOSYNOSTOSIS OPERATION

ON A 9-MONTH-OLD BABY AT IMED VALENCIA



El grupo IMED Hospitales llevó a cabo por primera vez una compleja intervención en su hospital de Valencia. Un equipo multidisciplinar realizó con éxito una operación de remodelación craneal y fronto-orbitaria completa a un paciente de 9 meses con craneosinostosis. Una intervención pionera para IMED, en la que han intervenido los cirujanos maxilofaciales de la unidad IMED Dental, el Dr. Diego Cebreros Rosas y la Dra. María del Mar García-San Segundo junto a las neurocirujanas Dra. Pilar Garrido García y Débora Martínez Gómez.

La craneosinostosis es una patología en la que se produce un cierre prematuro de las suturas craneales antes de tiempo, y que puede generar problemas en el desarrollo del cráneo y el cerebro del bebé. Cuando una de las suturas se cierra, impide el desarrollo habitual del cerebro en esa parte del cráneo. Esto produce una deformación de la cabeza, ya que sigue creciendo, y puede derivar en varias consecuencias negativas para el paciente.

El Dr. Cebreros, cirujano maxilofacial de IMED Dental encargado de la intervención, explicaba el procedimiento detalladamente: "El paciente presenta una trigonocefalia. Se trata de un cierre prematuro de la sutura metópica, y esto forma un cráneo en forma de quilla o de triángulo. La operación consta de un remodelado craneal y fronto-orbitario completo. Junto con los neurocirujanos, se retira el hueso frontal, parte de los parietales, y se hace una banda completa fronto-orbitaria. Se saca del cráneo del paciente, se remolda en la mesa, y se vuelve a colocar dentro con unas placas reabsorbibles, para volver a formar completamente el cráneo del bebé con una forma más redonda".

Habla de una operación que duró aproximadamente 7 horas, más las horas previas de preparación anestésica. La intervención generó un gran interés, y al ser la primera que se realiza de este tipo que se realiza en IMED, varios profesionales sanitarios se interesaron por el procedimiento y sus resultados.

LA CRANEOSINOSTOSIS DEBE DE TRATARSE ANTES DE LOS 6 MESES

También la neurocirujana Pilar Garrido García, figura clave del equipo médico que ha llevado a cabo la intervención, comentaba las consecuencias de la craneosinostosis: "Es una patología habitual en la infancia que consiste en el cierre prematuro de las suturas del cráneo. En este caso es la metópica que es la segunda más frecuente después de la sagital y habitualmente se tiene que tratar entre el nacimiento y los 6 meses. Hay otra técnica que es mucho menos invasiva que es una suturectomía asistida por endoscopia en la que solo se retira el hueso a través de una incisión frontal detrás del pelo. Es menos agresiva pero una vez pasado el tiempo, cuando el cráneo está más formado, es preciso la remodelación fronto-orbitaria. Si no se trata esta patología, pueden tener problemas de estrabismo y el hecho de que los frontales estén reducidos en su tamaño puede llevar a problemas neurológicos o alteraciones de la conducta. Se ve mucha mejoría después de estas cirugías".

Se trata de un paso más del grupo hospitalario IMED, que refleja su capacidad para afrontar procedimientos de alta complejidad y que requieren la participación de distintas especialidades y de equipos multidisciplinares.

Dr. Cebreros

La operación consta de un remodelado craneal y fronto-orbitario completo.

The operation consists of a complete cranial and fronto-orbital remodelling.





The IMED Hospitales group carried out a complex operation for the first time at its hospital in Valencia. A multi-disciplinary team successfully performed a complete cranial and fronto-orbital remodelling operation on a 9-month-old patient with craniosynostosis.

A pioneering intervention for IMED, in which maxillofacial surgeons Dr. Diego Cebreros Rosas, Dr. María del Mar García-San Segundo and neurosurgeons Dr. Pilar Garrido García and Débora Martínez Gómez participated.

Craniosynostosis is a condition that occurs when there is a premature closure of the cranial sutures, this can cause problems in the development of the baby's skull and brain. When one of the sutures closes, it prevents the normal development of the brain in that part of the skull. This causes a deformation of the head, as it continues to grow, and can lead to several negative consequences for the patient.

Dr. Cebreros, the maxillofacial surgeon in charge of the operation, explained the procedure in detail: "The patient has trigonocephaly, which is a premature closure of the metopic suture, and this forms a keel-shaped or triangular skull. The operation consists of a complete cranial and fronto-orbital remodelling. Together with the neurosurgeons, the frontal bone, part of the parietal bones, and a complete fronto-orbital band are removed. It is taken out of the patient's skull, reshaped on the table, and put back in with resorbable plates, to completely reshape the baby's skull into a more rounded shape".

The operation lasted approximately 7 hours, plus hours of anaesthetic preparation beforehand. The operation generated a great deal of interest as it was the first of its kind to be performed at IMED, several health professionals were interested in the procedure and its results.

CRANIOSYNOSTOSIS SHOULD BE TREATED BEFORE THE AGE OF 6 MONTHS.

Neurosurgeon Pilar Garrido García, a key figure in the medical team that carried out the surgery, also commented on the consequences of craniosynostosis: "It is a common condition in childhood that consists of the premature closure of the sutures of the skull. In this case it is metopic, which is the second most common after sagittal and usually must be treated between birth and 6 months.

There is another technique that is much less invasive, endoscopically assisted suturectomy, in which only the bone is removed through a frontal incision behind the hairline. This is less aggressive method and after some time, when the skull is becoming more well formed, fronto-orbital remodelling is required. If this condition is not treated, the patient may have strabismus problems and, if the frontals are reduced in size, this may lead to neurological problems or behavioural alterations. A great improvement was seen after these surgeries".

This is another step forward for the IMED hospital group, reflecting its ability to deal with highly complex procedures that require the participation of different specialties and multidisciplinary teams.

PASIÓN POR EL FLAMENCO

Conocido por su ritmo vibrante y su danza energética, el flamenco ha cautivado los corazones de personas de todo el mundo y cada 16 de noviembre, su día internacional, se rinde homenaje a la que es una de las expresiones artísticas más emblemáticas y características de España. Y como cualquier otro arte, el flamenco es universal y de todos.

Muchas han sido las teorías que, a lo largo del tiempo, se han formulado para explicar el origen, su excepcionalidad y hasta el endemismo andaluz del flamenco.



PASSION FOR FLAMENCO

Flamenco, known for its vibrant rhythm and energetic dancing, has captured the hearts of people around the world. Every year, on 16 November, its international day, there is a tribute to what is one of Spain's most emblematic and characteristic artistic expressions, and like any other art form, Flamenco is universal and belongs to everyone.

There have been many theories put forward over the years to explain the origin of Flamenco, its exceptional style and even the Andalusian essence of Flamenco.



El mismo Blas Infante, político y ensayista malagueño, ideólogo del andalucismo y considerado el padre la Patria andaluza, en su 'Orígenes de lo Flamenco y el secreto del cante jondo' (1929) abrió la puerta para adentrarnos en la esencia y origen de este arte, hasta entonces desconocido y misterioso, al volcar sobre lo que llamó los «dolores de Andalucía», las injusticias históricas padecidas por este pueblo, pobreza, explotación agraria, retraso industrial, analfabetismo..., desigualdades que habían llevado a un sentimiento de resignación y hasta de inferioridad en los andaluces.

A él se debe asociar el origen del flamenco con el dolor de los oprimidos andaluces, gitanos y moriscos, y enhebrar el flamenco "a la memoria de un pueblo al que arrebataron todo menos su dignidad y su capacidad creadora".

"En sus letras hay un poso de rebeldía, fruto de la marginación. Letras que hablan de sus penurias, de la pérdida, del amor frustrado, de la injusticia social..." escribió en la misma línea el periodista y crítico Alfredo Grimaldos, uno de los autores de referencia en la materia desde su 'Historia social del flamenco'.

Yes que el flamenco, al igual que el jazz, el blues o el soul, estuvo relacionado con la pobreza y la marginalidad ya que nace en el seno de las clases más humildes de la sociedad andaluza. De ahí que el cante transmita la pena, el dolor, de quienes lo cantan y sean ellos los que lo utilicen -una sentida voz con unas palmas- como desahogo. De ahí que califiquemos el flamenco puro como profundo, hondo, grave, intimista.

Mientras que el origen más probable del término flamenco parece derivar de la expresión andalusí «fellah min gueir ard», que puede traducirse como «campesino sin tierra», la raíz del flamenco hondo, o jondo (la h

Blas Infante, the politician and essayist from Malaga, the philosopher of Andalusian nationalism and considered to be the Father of the Andalusian nation, in his 'Orígenes de lo Flamenco y el secreto del cante jondo' (1929), opened the door to the essence and origin of this art, until then unknown and mysterious, in which he pored over what he called the "pains of Andalusia"; the historical injustices suffered by the people, the poverty, the agrarian exploitation, the industrial backwardness, the illiteracy..., and inequalities that had been suffered by the Andalusian people..., inequalities which had led to the feeling of resignation and even inferiority among the Andalusians.

It is due to him that the origin of Flamenco is associated with the pain of the oppressed Andalusians, gypsies and Moors, and who wrote that Flamenco is for "the memory of a people from whom everything was taken away except their dignity and their creative capacity".

"In its lyrics there is a hint of rebellion, the fruit of marginalisation. Lyrics that speak of their hardships, of loss, of frustrated love, of social injustice..." wrote the journalist and critic Alfredo Grimaldos, one of the leading authors on the subject after he wrote 'Historia social del flamenco'.

Flamenco, like jazz, blues or soul, originated in poverty and marginality, since it was born in the heart of the humblest classes of Andalusian society. Hence, the songs transmit the sorrow and pain of those who sing it and who use it - a heartfelt voice with clapping - as an emotional expression. That is why real Flamenco is described as deep, profound, serious and intimate.

While the most likely origin of the word "Flamenco" appears to derive from the Andalusian expression "fellah min gueir ard", which can be translated as "landless



sale j al aspirarse) viene de la combinación de cinco culturas musicales: la música que trajo hacia 1400 el pueblo gitano proveniente de la India cuando se asentaron en el sur de Península Ibérica, preferiblemente en Andalucía, fusionándose con el folclore autóctono local, más elementos moriscos, judíos y cristianos.

Pero las primeras noticias documentadas del flamenco tal y como hoy lo conocemos se sitúan a mediados del siglo XVIII y dan cuenta de celebraciones, fiestas y reuniones en las que los gitanos exhibían su cante y su baile. Mientras que los primeros curiosos o estudiosos que se interesaron por el flamenco vinieron de fuera, intelectuales franceses e ingleses que en el siglo XIX se adentraron en España para conocer de cerca ese 'exótico' arte.

EL FLAMENCO, APORTACIÓN GITANA A LA CULTURA ESPAÑOLA

El flamenco es un arte de transmisión oral que durante mucho tiempo se ha preservado, en el seno de grandes dinastías gitanas de la Baja Andalucía, transmitiéndose de generación en generación.

El escritor y articulista, Agustín Vega Cortés, gitano para más señas, y presidente de Opinión Romaní, nos lo argumenta con una claridad meridiana: "El flamenco es el libro sonoro en el que está escrita la historia de un pueblo. En este libro incorpóreo están las letras que hablan de la pena y de la pobreza, del amor y de la alegría, de la lucha de los hombres para vencer la fatalidad de un destino que le viene impuesto. Éste y no otro es el secreto de la grandeza de una música, que, hoy por hoy, se considera en el mundo entero la más singular, genuina y admirable señal de identidad cultural de España".

"peasant", the root of flamenco hondo, or jondo (the j is pronounced as an h) comes from the combination of five musical cultures: the music imported from India by the gypsy people, around 1400, when they settled in the south of the Iberian Peninsula, predominantly in Andalusia, which then merged with the local, indigenous folklore music of the Moors, Jews and Christians.

However, the first documented accounts of Flamenco as we know it today, dates back to the mid-18th century and is related to celebrations, festivals and gatherings in which gypsies showcased their singing and dancing. The first curious people and scholars who were interested in Flamenco came from abroad, French and English intellectuals who, in the 19th century, went to Spain to get to know this 'exotic' art.

FLAMENCO, THE GYPSY CONTRIBUTION TO SPANISH CULTURE

Flamenco is an art of oral transmission that has been preserved for a long time, predominantly by the great gypsy dynasties of Lower Andalusia, and was passed down by families and communities from generation to generation.

The writer and columnist, Agustín Vega Cortés, a gypsy himself, and president of Opinión Romaní, explains and debates this with the utmost clarity: "Flamenco is the sonorous book in which the history of a people is written. In this eminent book are the lyrics that speak of sorrow and poverty, of love and joy, of the struggle of men to overcome the fatality of a destiny that is imposed on them. This and no other, is the secret of the greatness of a music which, today, is considered throughout the world, to be the most unique, genuine and outstanding of Spain's cultural identities".

Ese quejío o "esguince" del cante gitano no es un quejido dolor fingido o aprendido para adornar una nota musical, sino que expresa la queja real porque esa es precisamente su razón de ser, "porque el dolor, la pena fueron el manantial del que sus creadores bebieron para exteriorizar un sentimiento que se ahogaba en la impotencia".

Flamenco y Gitano han sido sinónimos a lo largo de la historia. Los diferentes estilos que conforman el cante flamenco responden a las familias gitanas que los crearon. Así, se habla por ejemplo de las bulerías de Jerez, los fandangos de Huelva, los tangos extremeños, o las soleá de Alcalá.

El poeta granadino Federico García Lorca era de esta opinión. En 1933 en una entrevista definió la incuestionable patrimonialidad gitana del origen del flamenco: «Desde Cádiz hasta Sevilla, 10 familias de la más impenetrable casta pura, guardan con avaricia la gloriosa tradición de lo flamenco» y sus mismos Romancero Gitano o Poema del Cante Jondo tiene como esencialidad esa mirada gitano-andaluza de la vida. Como Lorca, defendieron la pertenencia gitana del flamenco poetas y escritores como Félix Grande o Caballero Bonald y músicos como Falla, Albéniz o Joaquín Turina.

El flamenco es la música del pueblo gitano, remata Vega en uno de sus artículos: "Los niños gitanos, cuando aún no saben casi ni hablar, ya saben entonar el cante, y antes de andar con soltura, ya saben cómo se da una patá por bulerías. Está en nuestro ADN. Es nuestra herencia y nuestro legado. La cultura gitana es incomprensible sin el flamenco y el flamenco es impensable sin los gitanos".

BASES DEL FLAMENCO: CANTE - PALO, TOQUE Y BAILE

Cada una de las variedades del cante flamenco, sus distintos ritmos son los palos: alegrías; bulerías (el palo más fiestero de ritmo rápido y redoblado); fandangos; tangos y tientos (con varias modalidades que absorben influencias de la música negra americana), tarantos y tarantas (de los andaluces que emigraron a los yacimientos mineros de la cercana región de Murcia) soleás, seguiriyas o las famosísimas sevillanas.

Toque es al arte de tocar la guitarra flamenca, creando ritmos y melodías que a veces se improvisan, para acompañar y potenciar el cante, algo que también marcan las omnipresentes palmas.

La manifestación física y temperamental del cante está en el baile, donde el bailaor se convierte en músico. Su instrumento: sus pies, su vertiginoso taconeo para el que existe una técnica específica, que requiere el dominio del compás del palo. Y de la tabla que se ponía para bailar sobre ella y aumentar la resonancia del zapateo del bailaor viene tablao, término con el que después se conocieron los locales donde se disfruta de las actuaciones en vivo.

A comienzos del siglo XX era una música que escuchaban las clases adineradas en sus fiestas privadas para las que contrataban a artistas gitanos. Se reunían en los sótanos de las tabernas de muros de ladrillo abovedados, condiciones extraordinarias para la música ya que el ladrillo no reverbera y amplifica de forma natural el sonido.



Alfredo Grimaldos

"En sus letras hay un poso de rebeldía, fruto de la marginación. Letras que hablan de sus penurias, de la pérdida, del amor frustrado..."

"In his lyrics there is a hint of rebellion, the fruit of marginalisation. Lyrics that speak of their hardships, of loss, of frustrated love..."



This "quejío" or "whining" - as Vega rightly describes it - of gypsy singing is not a feigned or learned moan of pain to embellish the music, but an expression of real pain because that is precisely its *raison d'être*, "because pain and sorrow were the spring from which its creators drank to show a feeling that was drowning in impotence".

Flamenco and Gypsy have been synonymous throughout history. The different styles that make up Flamenco singing come from the gypsy families that created them. Thus, we speak, for example, of the Bulerías of Jerez, the Fandangos of Huelva, the Tangos of Extremadura, or the Soleá of Alcalá.....

In an 1933 interview, the Granadian poet, Federico García Lorca defined the unquestionable gypsy heritage of the origin of flamenco: "From Cadiz to Seville, 10 families of the most impenetrable pure caste, greedily guard the glorious tradition of Flamenco" and his Romancero Gitano, or Poema del Cante Jondo, has as its theme the gypsy-Andalusian view of life. Like Lorca, poets and writers such as Félix Grande, or Caballero Bonald, and musicians such as Falla, Albéniz or Joaquín Turina defended Flamenco's gypsy origins.

Flamenco is the music of the gypsy people, adds Vega in one of his articles: "Gypsy children, when they can hardly speak, already know how to sing, and before they can hardly walk, already know how to give a Patá por Bulerías. It is in our DNA. It is our heritage and our legacy. Gypsy culture is incomprehensible without Flamenco and Flamenco is unthinkable without Gypsies".

THE BASICS OF FLAMENCO: CANTE - PALO, TOQUE AND BAILE

The different rhythms and varieties of Flamenco singing are the "Palos": Alegrías and Bulerías (the most festive "Palo" with a fast rhythm and a double beat), Fandangos, Tangos and Tientos (with several rhythms, with influences absorbed from American black music), Tarantos and Tarantas (from the Andalusians who emigrated to the mining sites in the nearby region of Murcia) Soleás, Seguiriyas, or the most famous Sevillanas.

Toque is the art of playing the Flamenco guitar, creating rhythms and melodies that are sometimes improvised, to accompany and enhance the singing; something that is also marked by the omnipresent Palmas (hand-clapping).

The physical and temperamental interpretation of the Cante is in the dance, where the Bailaor (dancer) becomes a musician. The instrument: the feet, the vertiginous heel tapping for which there is a specific technique, requiring a mastery of the rhythm of the Palo, and from the Tablao, the stage used to dance on to increase the sound of the dancer's shoes, comes the Tablao, the name of the venues where live performances are enjoyed.

At the beginning of the 20th century, it was a music listened to by the wealthy classes at their private parties, for which they hired gypsy artists and where the greats of the time performed. They met in the cellars of the taverns with vaulted brick walls, extraordinary conditions for the music because the brick naturally amplifies the sound.



ESTOFADO DE CORDERO

LAMB STEW

- * 1 kg cordero [pierna, paleta, muslo o combinación]
1 kg lamb [leg, shoulder, thigh or combination]
- * 50 ml aceite | oil
- * 50 g salsa tomate | tomato sauce
- * 2 cebollas | onions
- * 1 cda pimienta negra | ground black pepper
- * 1 l agua o caldo | water or stock
- * 1 pimiento rojo | red pepper
- * 1 pimiento verde | green pepper
- * 2 cdas harina | flour
- * 2 cdas mantequilla para freír | butter for frying
- * mejorana y ajo | marjoram and garlic
- * sal y pimienta | salt and pepper

CÓMO HACER LA RECETA...



Sofría la cebolla hasta que esté dorada. Agregue la carne, salpimiente y dórela unos minutos. Incorpore la salsa de tomate, sofria durante unos minutos, espolvoree un poco de pimentón, vuelva a sofreír y añada el caldo o agua. Probar y volver a sazonar si fuera necesario, añadir el ajo rallado y cerrar la olla a presión. Cocine a fuego lento durante unos 30 minutos. Reserve la carne cocinada y espese el jugo en una sartén, durante 15 minutos, removiendo de vez en cuando. Incorpore la carne, los pimientos cortados en tiras al jugo y cocine durante unos 10 minutos más. Añada mejorana al gusto. Y a disfrutar de este plato caliente.

OLLA A PRESIÓN ULTIMA 4.0 L

Lujosa olla a presión con fácil ajuste de la presión, IDEALCOOK, para cocinar de forma rápida y económica. La olla a presión puede cerrarse y abrirse cómodamente con una sola mano gracias al gran cierre giratorio de la tapa. La olla a presión tiene un indicador de presión, 4 componentes de seguridad y asas ergonómicas. Fabricado de acero inoxidable de alta calidad y plástico resistente. El triple fondo sándwich es apto para todo tipo de cocinas - gas, eléctrica, vitrocerámica e inducción. Garantía de 5 años.

HOW TO MAKE THE RECIPE...

Sauté the onion in the oil until golden brown. Add meat, season with salt and pepper and brown for a few minutes. Add the tomato sauce, sauté for a few minutes, sprinkle a little paprika, sauté again and add the stock or water. Taste and re-season if necessary, add the grated garlic and close the pressure cooker. Simmer for about 30 minutes. Reserve the cooked meat and thicken the sauce in a frying pan for 15 minutes, stirring occasionally. Add the meat and the shredded peppers to the sauce and cook for a further 10 minutes. Add marjoram to taste. Eat and enjoy this dish hot.

ULTIMA 4.0 L PRESSURE COOKER

Luxurious pressure cooker with easy adjustment of the ideal pressure, IDEALCOOK, for quick and economical cooking of all common meals. The pressure cooker can be conveniently closed and opened with just one hand thanks to the large twist lock on the lid. The pressure cooker has a pressure indicator, 4 safety components and ergonomic handles. Made of high-grade stainless steel and resistant plastic. The triple sandwich bottom is suitable for all types of cookers-gas, electric, vitroceramic and induction. 5-year guarantee.





STRUDEL DE MANZANA

APPLE STRUDEL

- * sal | salt
- * 125 g harina | flour
- * 120 ml leche | milk
- * 50 g azúcar | sugar
- * 50 g mantequilla | butter
- * 15 g levadura fresca | fresh yeast
- * 1 yema huevo | egg yolk
- * 750 g manzanas | apples
- * 100 g nueces | walnuts
- * 70 g jengibre | ginger
- * 70 g azúcar | sugar
- * 20 g pasas con ron | sultanas soaked in rum
- * 1 cc canela molida | ground cinnamon
- * ½ limón | lemon



HOW TO MAKE THE RECIPE...

In a bowl, mix the yeast with a spoonful of sugar, 1 of flour and 2 of warm milk until you obtain a fine paste. Leave to stand in a warm place. In another bowl, mix the flour, sugar, warm butter, warm milk, salt and egg yolk. Add the prepared yeast to all the ingredients and make a smooth and manageable dough, let it rest in a warm place for 60 min. Let the sugar melt and darken a little in the pan, add the walnuts, stir so that they are well coated with caramel. Pour them onto a tray lined with baking paper, they will come off easily. Grind the cooled walnuts into smaller smaller pieces. Now prepare the apple mixture with the peeled and thinly sliced apples, add a few drops of lemon juice, grated ginger, sultanas and cinnamon. Mix it all together. Once the dough has risen, roll it out with a rolling pin on a baking sheet. Fill with the apple mixture and wrap the dough around it. Brush the surface with egg and bake in a preheated oven at 180°C for about 30 minutes.

CÓMO HACER LA RECETA...

En un bol, mezcle la levadura con 1 cuchara de azúcar, 1 de harina y 2 de leche tibia hasta obtener una pasta fina. Deje reposar en un lugar cálido. En otro bol, mezcle la harina, el azúcar, la mantequilla tibia, la leche tibia, la sal y la yema de huevo. Agregue la levadura preparada y haga una masa que se pueda manejar bien, déjela reposar 60 minutos. Deje que el azúcar se derrita y se oscurezca un poco en la sartén y agregue las nueces, remueva para que queden bien cubiertas de caramelo. Viértalas en una bandeja forrada con papel de horno. Parta las nueces enfriadas en trozos más pequeños. Prepare ahora la mezcla de manzana con las manzanas peladas y cortadas en rodajas finas, agregue unas gotitas de jugo de limón, jengibre rallado, pasas y canela. Mézclelo todo. Una vez la masa haya subido su volumen, extiéndala con un rodillo sobre una bandeja para horno. Rellene con la mezcla de manzana y envuélvalo con la masa. Pinte con huevo la superficie y hornee en un horno precalentado a 180°C durante unos 30 minutos.

PELADOR Y CORTADOR DE MANZANAS HANDY

Pela y corta las manzanas en rodajas iguales y retira el corazón. Excelente para preparar rodajas de manzana sin piel para pasteles de frutas, ensaladas, pudín de pan, etc. Fabricado de acero inoxidable de alta calidad y plástico resistente. Fácil de asegurar a la superficie de trabajo. Garantía de 3 años.



HANDY APPLE PEELER AND CUTTER

Peels and cuts apples into even slices and removes the core. Excellent for easily preparing apple slices without skin for fruit pies, salads, bread pudding, etc. Made of high-grade stainless steel and resistant plastic. Easy to secure to the work surface. 3-year warranty.



BUNDT CAKE DE ALMENDRAS

ALMOND BUNDT CAKE

- *420 g harina | flour
- *450 g dulce de leche | "dulce de leche"
- *250 g mantequilla | butter
- *220 g azúcar moreno | brown sugar
- *120 ml amaretto | amaretto
- *1 cda levadura en polvo | baking powder
- *½ cc sal | salt
- *1 cc bicarbonato | baking soda
- *1 cc esencia vainilla | vanilla essence

CÓMO HACER LA RECETA...

Precalentar el horno a 170°C, con calor arriba y abajo. Con una batidora de varillas, batimos la mantequilla a temperatura ambiente junto con el azúcar moreno, hasta que la masa quede cremosa. Agregamos los huevos de uno en uno. Después añadiremos los ingredientes secos y líquidos intercalados: un tercio de harina, batimos bien; la buttermilk y el licor, mezclamos bien; otro tercio de harina y removemos; y acabamos con el último tercio de harina. Finalmente, añadiremos las almendras laminadas y removemos. Vertemos la mitad de la masa en un molde engrasado; a continuación, vertemos 300 g de dulce de leche con ayuda de una manga pastelera; y, finalmente, cubrimos con la masa restante y llevamos el molde al horno entre 50 y 60 minutos. Cuando esté listo, sacamos del horno y dejamos enfriar a temperatura ambiente. Decoramos con azúcar, dulce de leche y almendras laminadas.

MOLDE ARO ALTO DELÍCIA, DIAMANTE



Lujoso molde con formas refinadas y excelente recubrimiento antiadherente. El bizcocho de aro alto se cocina de manera uniforme sin sobrección y se puede desmoldar fácilmente una vez horneado. Fabricado de metal noble compuesto, apto para hornos eléctricos, de aire caliente y de gas, apto para lavavajillas. Receta incluida Garantía de 3 años.

HOW TO MAKE THE RECIPE...

Preheat the oven to 170°C. With the help of a hand blender, beat the butter at room temperature together with the brown sugar, until the dough is creamy. Next, add the eggs one at a time and beat well. Then, alternatingly, add the dry and liquid ingredients. Add a third of the flour and beat well, then add the buttermilk and the liqueur and mix well. Add another third of the flour and stir and finish with the last third of flour. Finally, add the sliced almonds and stir with a spatula. Pour the batter in two stages: firstly, pour approximately half of the batter into a greased mould and then pour 300 g of dulce de leche with the help of a piping bag. Finally, cover with the remaining batter and bake in the oven for 50 to 60 minutes, checking if the cake is ready with a toothpick. When ready, remove from the oven and leave to cool at room temperature. Finally, decorate with sugar, dulce de leche and sliced almonds.

DELÍCIA HIGH RING BAKING TIN, DIAMOND

Luxurious baking tin with refined shapes and excellent non-stick coating. The high ring cake bakes evenly without overcooking and can be easily removed from the mould after baking. Made of noble composite metal, suitable for electric, hot air and gas ovens, dishwasher safe. Recipe included 3-year warranty.

#IMEDHOSPITALES

Hospital IMED Colón

Calle de Isabel La Católica, 12 (Valencia)
Tel. 963 003 002

Hospital IMED Elche

Calle Max Planck, 3 - Elche (Alicante)
Tel. 966 915 151

Hospital IMED Gandía

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

Hospital IMED Levante

Calle Doctor Ramón y Cajal, 7 - Benidorm (Alicante)
Tel. 966 878 787

Hospital IMED San Jorge

Carrer Oliver, 55 - Alcoy (Alicante)
Tel. 965 330 400

Hospital IMED Valencia

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

Policlínica IMED Alcoy

Polígono Industrial Cotes Baixes Carrer B, 1 - Alcoy (Alicante)
Tel. 965 504 440

Policlínica IMED Gandía

Carrer Ciutat de Barcelona, 29 - Gandia (Valencia)
Tel. 962 874 740

Policlínica IMED Teulada

Ctra. Nacional 332. Km. 181, 5
Partida el Pla - Teulada (Alicante)
Tel. 966 817 404

Policlínica IMED Torrevieja

Centro Comercial Ozone
Avda. Rosa Mazón Valero, s/n - Torrevieja (Alicante)
Tel. 966 817 406

Centro de radioterapia IMED Murcia

Av. Nueva Condomina, 11 - Churra (Murcia)
Tel. 968 100 700

IMED Alta Tecnología

Calle Mexico, 20 (Alicante)
Tel. 966 365 666

www.imedhospitales.com

Dental Benidorm

Calle Ramón y Cajal, 7
Benidorm (Alicante)
Tel. 966 817 411

Dental Elche

Calle Max Plank, 3
Elche (Alicante)
Tel. 966 915 153

Dental Gandía

Carrer Ciutat de Barcelona, 29
Gandia (Valencia)
Tel. 963 003 011

Dental Valencia

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

dental.imedhospitales.com

ilahy Alcoy

Polígono Industrial Cotes Baixes Carrer B, 1 - Alcoy (Alicante)
Tel. 965 504 900

ilahy Benidorm

Calle Doctor Ramón y Cajal, 7 - Benidorm (Alicante)
Tel. 966 878 778

ilahy Elche

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

ilahy Gandía

Carrer Gregori Maians, 19 - Gandia (Valencia)
Tel. 963 00 30 19

ilahy Torrevieja

Centro Comercial Ozone
Avda. De Rosa Mazón Valero, s/n - Torrevieja (Alicante)
Tel. 966 817 407

ilahy Valencia

Avda. de la Ilustración, 1 - Burjassot (Valencia)
Tel. 963 003 020

www.ilahy.es

Vita Benidorm

Calle Doctor Ramón y Cajal, 7 - Benidorm (Alicante)
Tel. 966 87 87 82

Vita Elche

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

Vita Gandia

Carrer Ciutat de Barcelona, 29
Gandia (Valencia)
Tel. 966 878 782

www.vitafertilidad.com

Oftalvist IMED Elche (Servicio externo)

Calle Max Plank, 3.
Pq. Emp. Torrellano - Elche (Alicante)
Tel. 901 010 190

Oftalvist IMED Levante (Servicio externo)

Calle Ramón y Cajal, 7 - Benidorm (Alicante)
Tel. 901 010 190

Oftalvist IMED Torrevieja (Servicio externo)

Centro Comercial Ozone
Avda. Rosa Mazón Valero, s/n - Torrevieja (Alicante)
Tel. 901 010 190

Oftalvist IMED Valencia (Servicio externo)

Avda. de la Ilustración, 1 - Burjassot (Valencia)
Tel. 901 010 190

www.oftalvist.es

UR IMED Valencia (Servicio externo)

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

www.urimedvalencia.com

SÚPER PEDIATRAS

Recursos para ayudar a mamás y papás
con la salud de sus peques.



 Accede al área de descargas gratuitas

El equipo de pediatría de IMED Hospitales resuelve las dudas de papás y mamás a través de una página que recopila recursos de interés.

¡Escanea con tu móvil el código QR y comienza a explorar!