

# más salud

suplemento publicitario

EL DIARIO VASCO  
SEPTIEMBRE DE 2022



## Quirónsalud Gipuzkoa

Policlínica Gipuzkoa y Hospital de Día Quirónsalud Donostia, líderes en sanidad privada del territorio

## Rafael Bengoa

«Tendremos un otoño y un invierno complejos», vaticina el experto en relación al coronavirus

## Innovación

BIOEF cumple 20 años y Naru Intelligence y TAAV Biomanufacturing Solutions irrumpen con fuerza



## Miranza-Begitek

Excelencia oftalmológica para quienes buscan el bienestar ocular de la mano de sus especialistas



## SALUD UROLÓGICA DE LA MUJER Y EL HOMBRE

“Si lo que buscas es profesionalidad y atención de primera calidad, éste es tu equipo” Martín (55 años)

¿Y si tu problema no fuera un problema?

[www.madina-azparren.com](http://www.madina-azparren.com)

Consulta: Urbietta, 56

943 43 45 95

Consulta online cualquier duda de forma anónima con

**HIPOCRAtech**  
by Madina&Azparren

**M&A**  
**MADINA&AZPARREN**  
Salud urológica y sexual



- 5 IMQ Y ASISA**  
31 Dos aseguradoras punteras y con presencia en nuestro territorio
- 10 ALTUNA & SAGA OTORRINO-LARINGOLOGÍA**  
Un equipo comprometido con una asistencia de calidad
- 24 MADINA & AZPARREN**  
La urología más innovadora, cerca de ti
- 30 CLÍNICAS ATHLON**  
Di adiós a tu dolor de espalda en esta clínica presente en Donostia y Aretxabaleta
- 36 DIPUTACIÓN FORAL DE GIPUZKOA**  
La Gipuzkoa que cuida: dando pasos hacia la personalización
- 33 GUNA**  
Un centro médico para cuidar de tu salud en pleno Gros
- 40 VARITEK**  
Sus expertos tienen la solución a tus varices

Un producto elaborado por 14+1 Comunicación.

Comercializado por José Antonio Malo.

# índice

- 04 CLÍNICA BENEGAS:** La importancia de la segunda opinión en cirugía del pie, por **Rafael Benegas**
- 05 IMQ GIPUZKOA:** Ayudando a las personas a cuidar de su salud
- 06 ACTUALIDAD:** Todo empieza en septiembre  
**POLICLÍNICA GIPUZKOA Y HOSPITAL DE DÍA QUIRÓNSALUD DONOSTIA**
- 07 Traumatología general:** La experiencia, el mejor aval para la endoscopia de columna, señala el **doctor Alberto Marqués**
- 08 Traumatología:** La urgencia la marca el paciente, considera el equipo del **doctor Ricardo Cuéllar**
- 09 Dermagune** cuida de tu piel, con los **doctores Álvaro de Vicente y Ana Martínez Buil**
- 10 Servicio de Otorrinolaringología Altuna & Saga:** Un equipo comprometido con una asistencia de calidad
- 12 Cirugía ortopédica y traumatología:** Soluciones mínimamente invasivas para la columna vertebral, por el **doctor Alberto Hernández**
- 13 Cirugía oral y maxilofacial:** «Verse mejor y mejorar la salud, doble combo», afirma el **doctor Javier Martín**
- 14 Unidad de Ondas de Choque:** Tecnología punta para la recuperación de las lesiones crónicas, por el **doctor José Ramón Aranzabal**
- 15 Neurocirugía endoscópica:** Los mejores resultados, con mínimas molestias, de la mano de los **doctores Andermatten, Samprón y Torres**
- 16 Athenea Neuroclinics:** Un equipo de primer nivel, a tu disposición
- 17 Cirugía general y digestiva mínimamente invasiva:** La cirugía robótica, un paso más en la cirugía mínimamente invasiva, afirman los **doctores Elósegui, Flores y Murgoitio**
- 18 ORL Gipuzkoa:** Otorrinólogos especialistas en el diagnóstico y tratamiento
- 18 Medicina integrativa:** Sus beneficios, de la mano de la **doctora Marian Lorente**
- 19 Cirugía reparadora y estética:** La importancia de la consulta en cirugía estética, por el **doctor José Manuel Santos**
- 20 Deporte:** Comprometidos con la salud de la cantera del deporte guipuzcoano
- 22 RAFAEL BENGOA:** «Tendremos un otoño y un invierno complejos», vaticina el experto
- 24 MADINA & AZPARREN:** La urología más innovadora, cerca de ti, por los **doctores Madina y Azparren**
- GOBIERNO VASCO**
- 26 BIOEF:** La Fundación Vasca de Innovación e Investigación Sanitarias cumple 20 años
- 27 Investigación e innovación en salud:** «La investigación va a ir dirigida a que tenga resultados en las personas», asegura **Marian Ibarrondo**, directora de Investigación sanitaria del Gobierno Vasco
- 28 NARU INTELLIGENCE:** Gipuzkoa, a la vanguardia en Inteligencia Artificial para mejorar la vida de pacientes con cáncer
- 29 TAAV BIOMANUFACTURING SOLUTIONS:** La creación de una nueva industria en Biotecnología



- 30 CLÍNICAS DE ESPALDAATHLON:** «El 80 % de la población tiene o tendrá dolor de espalda», por **Miren Larrañaga**, de Athlon Bizkar Klinika Aretxabaleta
- 31 ASISA:** La compañía se transforma para seguir cuidando a las personas y las familias
- 32 DR. GUILLERMO LARRAÑAGA:** Las varices son venas enfermas, por el **Dr. Guillermo Larrañaga**
- 33 GUNA:** Un centro médico para cuidar de tu salud en pleno Gros
- 34 HOBEEKI:** Te enseña a mejorar relaciones y emociones
- 35 GOBIERNO VASCO:** Carpetas de salud: accede a toda la información sobre tu salud en un click
- 36 DIPUTACIÓN FORAL DE GIPUZKOA:** La Gipuzkoa que cuida; dando pasos hacia la personalización
- 38 ACTUALIDAD:** Teletrabajo, que la rutina no sea un suplicio
- 39 AITA MENNI:** Atención de vanguardia para el daño cerebral, la discapacidad intelectual, la dependencia y la salud mental
- 40 VARITEK:** La solución a tus varices, de la mano de los **Dres. Loyola, Pardo y Prieto**
- 41 OGI BERRI:** Novedades en la línea Pan Saludable
- CENTRO MÉDICO AMARA**
- 42 Medicina Estética y remodelación corporal:** Una piel sana a cualquier edad, por la **doctora Zalakain**
- 43 Medicina Vascular:** Nuevas técnicas contra las varices, por el **doctor Monfort**
- 44 ACTUALIDAD:** Tatuajes, un viaje de ida... ¿y vuelta?
- MIRANZA-BEGITEK**
- 45 Oftalmología:** Diez años de tecnología láser femtosegundo en Miranza Begitek, por el **Dr. Javier Mendicute**
- 46 Oftalmología:** Eliminar las gafas en 2022: ¿láser o lente intraocular?, por el **Dr. Jaime Aramberri**
- 47 Oftalmología:** El futuro en degeneración macular asociada a la edad ya está aquí, por el **Dr. Miguel Ruiz**
- 48 Miranza-Begitek:** Siempre a tu lado para que sigas disfrutando al máximo de la vida a través de tus ojos

## ES EL MOMENTO PARA RELANZAR EL SISTEMA VASCO DE SALUD



Gotzone  
Sagardui  
Consejera de Salud

En estos últimos dos años, el sistema sanitario vasco al igual que el resto de sistemas sanitarios del mundo, han estado muy condicionados por el devenir de la pandemia causada por la COVID-19. Esta no ha finalizado, pero es cierto que, gracias a las vacunas, la importante respuesta social y al trabajo del conjunto de profesionales de la salud, actualmente en Euskadi estamos en una situación diferente. Estamos a las puertas de una nueva etapa, la de relanzar el sistema vasco de SALUD, un tiempo de oportunidad.

En el Departamento de Salud y Osakidetza estamos volcadas en el refuerzo de la Atención Primaria. Defendemos una atención cercana y de calidad y por eso estamos aumentando el número de profesionales (196 plazas en tres años); incrementando las inversiones que mejoren las infraestructuras y herramientas (30 millones solo este año 2022) e introduciendo cambios para una mayor coordinación y trabajo en equipo. Queremos una Atención Primaria más resolutive que responda a las necesidades de las personas de manera rápida y efectiva.

Y lo estamos haciendo teniendo muy presente otro ámbito primordial: el sociosanitario. Contamos con una nueva estrategia en la que, en coordinación con el resto de instituciones de Euskadi, trabajamos para mejorar la atención y los servicios a las personas más vulnerables. Lo estamos haciendo con un enfoque preventivo y de promoción de la autonomía personal que respondan al deseo de las personas mayores de continuar residiendo en su domicilio o cerca de su comunidad.

Y no es la única estrategia que ha visto la luz en los últimos meses. Recientemente hemos presentado la Estrategia de Investigación en Salud de Euskadi 2022-2025 en la que pretendemos dar un salto cualitativo hacia la excelencia a través de la coordinación de los Institutos de Investigación, la atracción de talento (más de 3.000 personas investigando en salud), la mejora de la financiación y una mayor presencia internacional.

Le seguirán la Estrategia de Enfermedades Neurodegenerativas y Neuromusculares de Euskadi, el Plan del Ictus o la Estrategia de Salud Mental, sin olvidar la importante Ley de Salud Pública o el Plan de Salud de Euskadi, la hoja de ruta que guiará las políticas públicas en salud en los próximos 5 años.

Son proyectos concretos que demuestran el compromiso de Euskadi por un sistema sanitario público, cercano, de calidad y para todas las personas. Son oportunidades para relanzar el sistema vasco de salud.



Dr. Rafael  
**Benegas  
Rekondo**

*Cirujano del pie de  
Clínica Benegas*

Rafael Benegas señala que «es importante recuperar la confianza del paciente desde la primera consulta»

## SEGUNDA OPINIÓN EN CIRUGÍA DEL PIE EN CLÍNICA BENEGAS

Su equipo quirúrgico cuenta con amplia experiencia en el tratamiento de las alteraciones y deformidades del pie para dar una solución óptima a cada caso planteado

ANTES



DESPUÉS



**LAS MEJORAS EN EL PIE SON NOTABLES TRAS LOS TRATAMIENTOS PROPUESTOS POR CLÍNICA BENEGAS**

El concepto de 'segunda opinión' se asocia, por norma general, a una situación de extrema complejidad que implica opciones de tratamiento que llevan al paciente a consultar con otro profesional.

Algunos pacientes con deformidades muy avanzadas de la zona anterior del pie o con enfermedades muy invalidantes (como Artritis Reumatoide) u otras alteraciones provocadas por malos resultados de cirugías previas, pueden requerir una segunda evaluación u opinión. Estos pacientes suelen padecer un gran sufrimiento asociado a sus pies y una gran limitación funcional.

El equipo quirúrgico de Clínica Benegas cuenta con amplia experiencia en el tratamiento de las alteraciones y deformidades del pie. En la sanidad actual, la superespecialización provoca que en algunas ocasiones se diagnostiquen problemas que requieren procedimientos que algunos profesionales no realizan de manera habitual.

Por ello, el profesional puede remitir al paciente a otro compañero más espe-

cializado en esta patología para que con su opinión y experiencia pueda ofrecer una óptima solución al paciente.

Lo primero es recuperar la confianza del mismo, realizando una consulta en Clínica Benegas en la que se analiza toda

su historia clínica, así como los informes y pruebas que nos aporte, complementándolos con una minuciosa exploración clínica funcional de la zona lesionada y pruebas necesarias para lograr una mejora en el paciente.

### Dudas más frecuentes

Existen diversas situaciones en las que se recurre a una segunda opinión quirúrgica, para saber la opinión de otro profesional, lo que nos permitirá aclarar dudas como estas:

- > ¿Hay otras formas de tratamiento?
- > ¿Cuál será el último tratamiento más efectivo disponible para mi problema?
- > ¿Y qué ocurre si no me trato?
- > ¿Realmente necesitare una cirugía en este momento?
- > ¿Habrá una opción con menos riesgos y más efectiva?

### ¿Cuándo es aconsejable?

Además, será aconsejable solicitar una segunda opinión quirúrgica, ya sea por el propio paciente o sus familiares, en aquellos casos en que:

- > No se tiene buena respuesta al tratamiento.
- > Se diagnosticó una patología grave y/o rara.
- > No esté de acuerdo con la atención recibida y/o tratamiento prescrito.
- > Le han propuesto más de una alternativa terapéutica para su enfermedad.

**CLÍNICA BENEGAS**  
TRATAMIENTO MÉDICO DEL PIE

#### Información:

Resurrección María de Azkue, 32 (bajo) - 20018 Donostia-San Sebastián  
943 42 10 09

**Horario:**  
de 8 a 20 h.



# LÍDERES EN SALUD EN EUSKADI

La razón de ser de IMQ es ayudar a las personas a llevar una vida saludable y preservar su salud y bienestar en todo momento

Más de 600 profesionales en Gipuzkoa y tres centros referentes: Centro Médico Quirúrgico IMQ Zurriola, Clínica Dental IMQ Zurriola y Centro Médico Teknia en Irun



Centro Médico Quirúrgico IMQ Zurriola



Clínica Dental IMQ Zurriola



Centro Médico Teknia

#### Información:

- Oficina IMQ Donostia
- Centro Médico Quirúrgico IMQ Zurriola
- Clínica Dental IMQ Zurriola
- Centro Médico Teknia

## IMQ GIPUZKOA: AYUDANDO A LAS PERSONAS A CUIDAR DE SU SALUD

IMQ pone a disposición de sus clientes una completa cobertura sanitaria y la posibilidad de elegir entre más de 2.400 consultas de profesionales en Euskadi y 43.000 a nivel estatal



IMQ permite a sus clientes acceder a las principales clínicas privadas vascas y la mayor red de centros.

Tras una temporada de descanso, volvemos a nuestra hora habitual para levantarnos, para hacer deporte, para comer, para dormir, volvemos a nuestro horario laboral. Resulta fundamental recuperar los hábitos saludables y poner foco en la prevención y en el cuidado de nuestra salud.

La razón de ser de la aseguradora IMQ es ayudar a las personas a llevar una vida saludable y preservar su salud y bienestar en todo momento. Por ello esta entidad líder en Euskadi pone a disposición de sus clientes una completa cobertura sanitaria y la posibilidad de elegir entre más de 2.400 consultas de profesionales en Euskadi y 43.000 a nivel

estatal, a través de sus diferentes opciones de seguro de salud.

#### CENTROS MULTIESPECIALIDAD DE PRIMER NIVEL

La aseguradora permite a sus clientes acceder a las principales clínicas privadas vascas y la mayor red de centros, entre ellos el Centro Médico Quirúrgico IMQ Zurriola. Este centro situado en el corazón de Donostia, el barrio de Gros, cuenta con unas modernas y acogedoras instalaciones diseñadas para la máxima comodidad del paciente. Medio centenar de profesionales médicos prestan atención

en 27 especialidades médicas y quirúrgicas, con un equipamiento asistencial referente en la zona (resonancia magnética abierta, ecografía, mamografía, radiología convencional y densitometría, hospital de día quirúrgico, servicio de rehabilitación y fisioterapia...). Además, para Urgencias Ambulatorias existe un servicio ininterrumpido de 08:00 h. a 20:00 h. sin necesidad de cita previa.

A estas instalaciones se suman el Centro Médico Teknia en Irun, que integra en sus dos centros más de 1.000 m<sup>2</sup> y 40 profesionales de numerosas especialidades; y la Clínica Dental IMQ Zurriola.

Estos centros ofrecen una ágil atención, personalizada y con amplios horarios de consulta. Continúan asimismo apostando por la calidad asistencial con tecnología de vanguardia y por la transformación digital a través de la cita online, el chat médico, la videoconsulta y el recordatorio de citas, entre otros servicios.

#### LA MEJOR OPCIÓN DE SEGURO MÉDICO PARA EMPRESAS

Siendo el seguro de salud el beneficio social que más pueden llegar a valorar los empleados, más de 1.000 empresas confían ya la salud de sus personas trabajadoras a IMQ por cuanto una asistencia rápida y eficaz puede ser clave a la hora de minimizar los elevados niveles de absentismo y porque con ello contribuyen a la creación de entornos laborales saludables. Para cada empresa IMQ les ofrece un seguro de salud flexible adaptado a sus necesidades y circunstancias.



#### IMQ SEGUROS DE SALUD

**cuidarte,  
nuestro  
compromiso**

Y si contratas antes  
del 31/12/2022

hasta

**250€**  
de devolución\*

Contrátalo en nuestra red  
de oficinas y mediadores,  
en el 900 81 81 50  
o en [imq.es](https://www.imq.es)

**IMQ**  
Cuidamos de ti

\* Promoción para nuevos clientes particulares en modalidad IMQ Oro que contraten el seguro entre el 01/09/2022 y 31/12/2022 con fecha efecto máximo 01/01/2023. Ver condiciones completas de la promoción en <https://contenidos.imq.es/hubfs/promos/particulares-t4-2022.pdf>. Consultar condiciones generales y de contratación del seguro. RPS 122/20

## TODO EMPIEZA EN SEPTIEMBRE

Los mejores propósitos deben comenzar a afrontarse ahora, con el final de las vacaciones y la vuelta a la rutina

El nuevo curso empieza ahora. Y no nos referimos únicamente al académico, sino al que cada uno de nosotros seguimos en nuestro día a día. Es habitual plantearse los mejores propósitos en Navidad, de cara al año que entra, pero lo cierto es que el momento es ahora, porque todo empieza en septiembre.

Y es que debemos asumir que, por más que nos duela, el verano, al menos como periodo de ocio en el que las rutinas para mayores y pequeños cambian, ha quedado atrás. Seguirán haciendo días de buen tiempo y seguro que tendremos planes para disfrutar con la familia o los amigos, pero poco a poco iremos entrando en esa rutina que el nuevo curso marca. Los jóvenes están volviendo poco a poco a los estudios y los no tan jóvenes están retomando sus rutinas, sean estas laborales o no. Por ello, nuestros hábitos vuelven a cambiar y nuestros ritmos también lo hacen. Así que no cabe

duda: ahora es el momento de reencontrarnos y de instaurar en nuestro día a día nuestras mejores costumbres.

Empecemos, claro está, por la alimentación. En verano no es en absoluto sencillo seguir una dieta. Compromisos sociales, fiestas patronales, calor, terrazas... son algunos factores que nos ayudan a 'despistarnos' del camino correcto en lo que a alimentación se refiere, una senda que ahora deberíamos retomar. El otoño es una temporada en la cual las huertas de nuestro entorno son especialmente generosas, por lo que se nos hará más sencillo planificar una alimentación equilibrada y rica en verduras, legumbres y fruta.

Con la bebida, sucede algo similar. El consumo de alcohol crece de manera llamativa durante el verano por las circunstancias anteriormente expuestas. ¿Aprovechamos estas semanas para dejar que nuestro organismo se depu-

No solo es alimentación y deporte, sino que debemos escuchar a nuestro cuerpo para ver qué falla en su funcionamiento y cómo solucionarlo

re, controlando el consumo de cerveza, vino y otras bebidas?

Y ahora que las temperaturas comienzan a ser más suaves, pero sin llegar el frío, también es el momento de empezar con el ejercicio. Debemos tomarnos este propósito como una carrera de fondo y no como un sprint, ya que a la hora de retomar el deporte las prisas no son buenas consejeras. Debemos hacerlo poco a poco, sin grandes esfuerzos que nos puedan pasar factura no solo en forma de agujetas, sino también de lesiones.

### MUCHO MÁS

Pero no solo debemos centrarnos en la alimentación y el ejercicio, sino que la puesta a punto de nuestro cuerpo y nuestro organismo exige prestar atención a otros detalles y en las 48 páginas que componen este **Más Salud** encontrarán propuestas por parte de profesionales de la salud que nos ayudarán a mejorar nuestro día a día. Desde el plano mental, básico para encontrar el equilibrio; hasta nuestro aspecto, con especialistas en medicina estética, en este suplemento encontraremos, si no una solución, al menos una alternativa interesante que nos permita escuchar a las diferentes 'piezas' que componen ese engranaje que somos cada persona, y descubrir cómo podemos hacer para que se convierta en una máquina que funcione a la perfección. Ahora, más que nunca, es el momento.







Dr. Alberto Marqués  
Traumatólogo  
Policlínica Gipuzkoa

Los pacientes de edad avanzada tienen una gran oportunidad para solventar sus problemas de columna con la cirugía endoscópica



Conozca los testimonios de Josefa y Antonia. Cirugía de estenosis de canal explicada por el Dr. Marqués



#### Información:

**Policlínica Gipuzkoa**  
Paseo Miramón, 174  
20014 Donostia-San Sebastián

**Teléfono:**  
943 50 20 49

## LA EXPERIENCIA, EL MEJOR AVAL PARA LA ENDOSCOPIA DE COLUMNA

El traumatólogo de Policlínica Gipuzkoa Alberto Marqués, con más de 2.000 intervenciones y una tasa de éxito del 90 %, es un referente nacional para este tipo de cirugías



Pocas cosas pueden ofrecer mayor tranquilidad a la hora de pasar por quirófano que saber que estás ante unas manos experimentadas, que han realizado centenares de intervenciones como la que debes afrontar y cuyo éxito está prácticamente garantizado.

El doctor Marqués, traumatólogo de Policlínica Gipuzkoa, ofrece esa impagable garantía en la cirugía endoscópica de columna. Es uno de los más reputados doctores en el empleo de esta técnica y a lo largo de sus más de 13 años de experiencia ha realizado más de 2.000 intervenciones de este tipo, con una tasa de éxito que supera el 90 %.

La relación entre la experiencia del cirujano y las posibilidades de que la intervención sea satisfactoria van estrechamente relacionadas y, aunque es el primer factor de éxito, no es la única cuestión que entra en juego. Los recur-

sos tecnológicos son fundamentales en este sentido y, gracias a una apuesta firme por la mejora continua, el doctor Marqués cuenta con la tecnología más innovadora, como es la 3D y 4K. El dominio de estas técnicas por parte del traumatólogo de Policlínica Gipuzkoa supone un argumento más.

La experiencia acumulada permite también estar siempre cerca del diagnóstico adecuado, algo capital para extraer conclusiones más rápido y de forma más acertada.

#### PARA LA ESTENOSIS DE CANAL

La maestría adquirida a lo largo de estos años en la técnica endoscópica permite al doctor Marqués realizar casos de abordaje más complicados, lo que le convierte en referente no solo a nivel local, sino también nacional.

Una de las cirugías más demandadas actualmente es la estenosis de canal de dos niveles, producto del envejecimiento y, en consecuencia, de la degeneración de la columna. La endoscopia, por la poca agresión que supone para las estructuras del paciente, es la técnica más adecuada para los pacientes de edad avanzada. La esperanza de vida aumenta y son muchos los pacientes de más de 80 años, incluso de más de 90, que han decidido ponerse en manos del doctor para solucionar sus problemas de columna.

Por otro lado, las más de 2.000 operaciones realizadas, con una tasa de éxito del 90 %, permiten al doctor Marqués abordar con idéntico porcentaje de éxito **cirugías de patologías cervicales** como la hernia discal y la estenosis de canal, poco practicada por su gran complejidad en esta sección de la columna.

#### VENTAJAS EVIDENTES

La apuesta por la cirugía endoscópica de columna es todo un acierto. Las ventajas son evidentes y facilitan la rápida incorporación de los pacientes a su actividad diaria y laboral. Al tratarse de una técnica mínimamente invasiva permite tratar a pacientes que mediante otras técnicas más agresivas son difícilmente operables.

Más allá de abrir el abanico a pacientes que, de otra forma, tendrían muy complicado encontrar una solución, **la cirugía endoscópica aporta un buen número de beneficios.**

#### Beneficios de la cirugía endoscópica

- > **Menor incisión** con reducción del traumatismo de los tejidos musculares.
- > **Reducción en la tasa de infecciones;** menor dolor posquirúrgico, con disminución del consumo de analgésicos.
- > **Estancia hospitalaria más corta** porque el hecho de realizar incisiones apenas perceptibles disminuye la necesidad de permanecer hospitalizado y acelera la recuperación.
- > **Pronta reinserción posoperatoria** a la actividad cotidiana y laboral.
- > **Mejor aspecto estético** ya que la cicatriz no supera los 1,5 cms.

# TRAUMATOLOGÍA

El equipo atiende en el Servicio de Urgencias y en consultas de Policlínica Gipuzkoa y, como explican, «la puerta de Urgencias es una de las más importantes al servicio de Traumatología»



De izquierda a derecha, los doctores Ricardo Cuéllar, Adrián Cuéllar y Asier Cuéllar.

## LA URGENCIA LA MARCA EL PACIENTE

El equipo del doctor Ricardo Cuéllar, de **Policlínica Gipuzkoa**, aúna la sólida formación y la dilatada experiencia de los distintos profesionales que lo integran para realizar el mejor tratamiento de las patologías

«Un escritorio externo nos permite tomar la decisión terapéutica en el momento, una realidad aplicable a todas las urgencias»

### Información:

**Policlínica Gipuzkoa**  
Consulta en la 3ª planta  
Paseo Miramón, 174  
20014 Donostia-San Sebastián

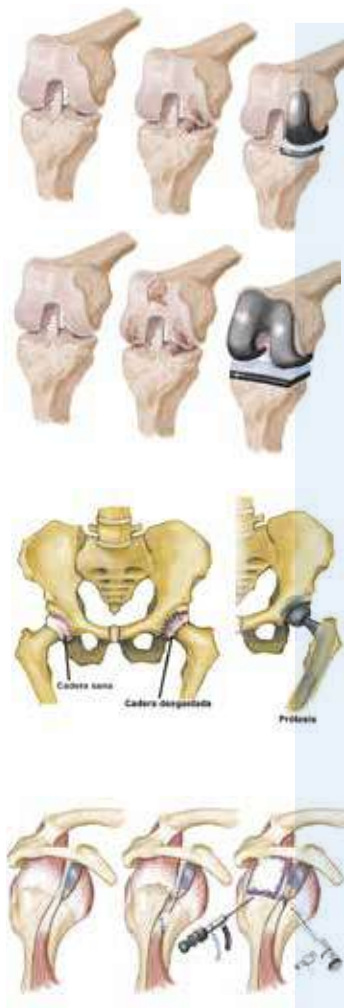
**Teléfonos:**  
943 50 20 49  
901 50 05 01

Los doctores **Ricardo Cuéllar, Adrián Cuéllar y Asier Cuéllar** son los traumatólogos de referencia de Policlínica Gipuzkoa. Forman un equipo que destaca por su formación y su experiencia, lo que les permite ofrecer el mejor tratamiento para cualquier patología traumática. La clave de su éxito radica en la filosofía de equipo «para poder obtener el mejor resultado» y para ello resulta «primordial realizar un buen diagnóstico y una buena indicación de la técnica en cada caso». El equipo atiende en el Servicio de Urgencias de Policlínica Gipuzkoa y, tal y como ellos explican, «la puerta de Urgencias es una de las más importantes al servicio de Traumatología» de Policlínica Gipuzkoa, que también es «referente de numerosas federaciones deportivas» gracias a que «estamos permanentemente localizados e informados de las lesiones producidas».

Un escritorio externo «nos permite una toma de decisión terapéutica en el momento», una realidad «aplicable no solo a deportistas, sino a todas las urgencias».

### LESIONES DE CADERA

Una de las fracturas más recurrentes entre las personas de mayor edad que acuden a Urgencias por una lesión traumática es la fractura de cadera. Adrián Cuéllar explica cómo en la patología de la cadera, «la prótesis es uno de los ma-



**RODILLA.**  
Supone por sí sola el mismo número de indicaciones que las demás articulaciones

**CADERA.**  
La prótesis es uno de los mayores logros de la Traumatología en el pasado siglo

**HOMBRO.**  
La artroscopia es la técnica que casi siempre empleamos en las lesiones no urgentes

yores logros de la Traumatología en el pasado siglo», dado que «empleando las más modernas técnicas desarrollamos las cirugías de prótesis de manera personal, casi a la carta y sin demoras». Una vez que llega un paciente con una fractura de este tipo, «se pone en marcha un protocolo multidisciplinar que permite intervenir al paciente en un plazo inferior a las 24 horas para iniciar una rápida rehabilitación».

No obstante, también existen las lesiones de cadera de consulta, a la que muchos pacientes acuden para encontrar «la barrera entre lo que se puede tratar por artroscopia y no».

### LESIONES DE HOMBRO

En el caso del hombro, las lesiones «más frecuentes» son las fracturas de clavícula y de húmero, y la luxación de clavícula. La artroscopia, muy mencionada, es «la técnica que casi siempre empleamos en las lesiones no urgentes» y consiste en «insertar una cámara que, a través del hombro y con incisiones menores, permite actuar sobre la lesión». Una de las innovaciones en este área son «los implantes biológicos. Una especie de parche de colágeno que estamos poniendo en gente joven para mejorar la calidad de la cicatrización y la reparación».

Aunque menos conocidas, las prótesis de hombro tienen dos claras indicaciones: las artrosis o desgaste del cartilago y las fracturas en pacientes mayores con osteoporosis.

### LESIONES DE RODILLA

La rodilla, tal y como explica Asier Cuéllar, «supone por sí sola el mismo número de indicaciones que el de todas las demás articulaciones». Son «de las más comunes tanto en Urgencias», donde reinan las fracturas tibiales, «como en consulta», siendo protagonistas las lesiones meniscales y ligamentosas. El doctor Cuéllar encuentra explicación de este auge de las lesiones de rodilla en que «cada vez se practica más deporte», produciéndose estos males «sobre todo en deportistas de alto nivel, pero también en recreativos». La artroscopia es la técnica habitual, «intentando que la prótesis sea el último escalón» porque «ningún sustituto artificial va a ser mejor que la propia articulación». No obstante, también hay casos en los que se debe emplear la prótesis y entre ellas existen «prótesis personalizadas o unicompartimentales que sustituyen una parte de la rodilla en los casos en los que no está afectada la totalidad». Los doctores Cuéllar también aplican diferentes tratamientos con técnicas regenerativas, como los PRP o el Orthokine.



# DERMATOLOGÍA

## UN SERVICIO INTEGRAL DE DERMATOLOGÍA

Es un equipo de expertos médicos y dermatólogos que dispone de la última tecnología para ofrecer un servicio integral para el tratamiento de las enfermedades de la piel y su cuidado estético



De izquierda a derecha, el doctor De Vicente, Laura, la doctora González-Elósegui, la doctora Garcandía, el doctor Soto, Miren, la doctora Garayar, Begoña y la doctora Martínez Buil.



Dr. Aitor  
de Vicente

Dermatólogo

Dermagune



Dra. Ana  
Martínez Buil

Dermatóloga

Dermagune



### Información:

Teléfono:  
943 30 81 92

## DERMAGUNE CUIDA DE TU PIEL

Ofrece en **Policlínica Gipuzkoa** tratamientos personalizados en múltiples especialidades basados en diagnósticos certeros y precoces

Dermagune es un equipo de médicos dermatólogos con amplia experiencia que pone a disposición del paciente la última tecnología, ofreciendo de este modo un servicio integral y aplicando toda la innovación con base científica para el tratamiento de las enfermedades de la piel y su cuidado estético. Aborda desde la cirugía hasta los tratamientos oncológicos, todo dentro de un entorno hospitalario como Policlínica Gipuzkoa.

En Dermagune ofrecen tratamientos personalizados que parten desde un diagnóstico preciso y que se apoyan en la última tecnología y en la gran experiencia de sus profesionales multidisciplinares, que están capacitados para, cada uno en su campo, tratar todo tipo de enfermedades de la piel.

Hay que tener en cuenta que la piel es el órgano de mayor tamaño del cuerpo humano y que no hay dos personas con la misma piel. Cada paciente es un mundo y dos pieles distintas no responderán de igual manera al mismo tratamiento.

Por eso, el equipo de Dermagune se esfuerza por ofrecer un diagnóstico certero y precoz, para que sus pacientes puedan ver los beneficios de sus resultados lo antes posible.

### MULTITUD DE ESPECIALIDADES

Dermagune ha incorporado durante los últimos años nuevos profesionales y dispone de más subespecialidades para ofrecer una atención integral a los pacientes. Disponen de unidad integral de cáncer de piel y cirugía de Mohs, de unidad de tratamiento del cabello, unidad de patología genital masculino y femenino e ITS, unidad de dermatología pediátricas y unidad de láser cutáneo.

Aitor de Vicente explica cómo «en Policlínica Gipuzkoa disponemos de un servicio integral para el diagnóstico, seguimiento y tratamiento del cáncer de piel». En su consulta, «con la curación como finalidad, buscando el mejor resultado estético y funcional, realizamos todo tipo de intervenciones en cirugía oncológica incluyendo la cirugía micrográfica de Mohs».

Y es que, desafortunadamente, «el cáncer de piel está aumentando progresivamente en los últimos años debido a diversos factores tales como el ocio, las actividades al aire libre o el envejecimiento de la población».

A pesar de los recientes avances en el tratamiento del melanoma avanzado, «el uso de filtros solares de amplio espectro y el diagnóstico precoz siguen siendo las medidas más importantes

para prevenirlo», por lo que el doctor De Vicente aconseja que «ante cualquier lunar de nueva aparición o cambios sobre lunares preexistentes es fundamental acudir al dermatólogo para una valoración y tratamiento precoces». Para los pacientes seleccionados con especial susceptibilidad o para aquellos en los que resulta difícil la apreciación de estos cambios, disponen en Policlínica «de una Unidad de Mapeo Fotográfico para reconocer los cambios más sutiles, realizar un seguimiento periódico y, si fuera necesario, tratar de manera precoz las lesiones sospechosas».

La doctora Ana Martínez Buil es experta en tricología y trata a diario con pacientes con problema de caída de pelo. Recuerda la doctora que «no todos los casos son iguales y, por tanto, no todos son candidatos al mismo tratamiento».

Lo más habitual en su consulta es la alopecia androgenética, que es la más habitual en los hombres, aunque también afecta a las mujeres. El tratamiento ha evolucionado mucho durante los últimos años y va desde los fármacos hasta el trasplante capilar, pero lo fundamental es que «el abordaje de cada caso sea personalizado, por eso estamos teniendo tan buenos resultados».

A la consulta de la doctora Martínez Buil también llegan muchos pacientes que padecen de rosácea o acné: «Dos enfermedades de la piel que afectan y condicionan la calidad de vida y que no se limitan a la adolescencia». Explica cómo «es crucial estudiar en profundidad cada caso y establecer una estrategia de tratamiento individualizado, buscando un abordaje integral». La doctora reclama que «hoy en día hay tratamientos para cada caso» y que los pacientes «no deben dudar a la hora de acudir a la consulta» porque se obtienen resultados «muy agradecidos y extraordinarios tanto para tratarlos como para borrar las huellas o cicatrices que en algunas pieles han podido dejar estas enfermedades».

## UN EQUIPO COMPROMETIDO CON UNA ASISTENCIA DE CALIDAD

El servicio de Otorrinolaringología A&S ORL se consolida como uno de los servicios privados de referencia en la especialidad

El servicio de Otorrinolaringología A&S lo forman siete especialistas que, cada uno en su parcela, se han convertido en referentes a nivel estatal. Atienden a pacientes de todo el país al mismo tiempo que forman a especialistas nacionales e internacionales en nuevas técnicas.

Tienen sus instalaciones en la tercera planta de Policlínica Gipuzkoa y desde allí nos han atendido para hablarnos de su labor.

**Más Salud:** Comienzan su décimo año con unas cifras de asistencias elevadísimas, enhorabuena.

**Altuna & Saga:** Sí, el inicio de nuestra

empresa fue ilusionante, salíamos de una consulta dirigida por un especialista de referencia nacional y nos enfrentábamos al reto de ofrecer el mayor nivel científico con los medios más avanzados. Ese primer escalón lo cubrimos de una manera más fácil de lo que esperábamos. Sin embargo, tras una oferta de calidad viene una demanda creciente de nuestros pacientes, y cubrir con la misma calidad esa demanda se ha convertido en nuestro objetivo más importante en la actualidad.

**M. S.:** Y decidieron no parar de crecer: más médicos, más personal auxiliar...

**A. & S.:** No había otra opción. Nuestra vocación de servicio integral solo se podía cumplir si varios especialistas con una misma filosofía uníamos nuestra capacidad y nuestro trabajo para atender esa demanda creciente. Desde el principio lo hemos tenido claro. Al mismo tiempo necesitábamos que el enlace entre el especialista y el paciente lo siguieran gestionando personas que conocieran la especialidad y supieran detectar los signos de alarma. El equipo auxiliar de nuestra consulta lleva años dedicado a nuestros pacientes, los conocen y saben gestionar sus demandas de una forma excelente.



### Información:

Policlínica Gipuzkoa  
Paseo Miramón, 174 20014  
Donostia-San Sebastián

Teléfono  
669 957 895



«Contamos con especialistas que son referencia a nivel nacional en varias de las subespecialidades de la Otorrinolaringología»

«La confianza de los pacientes que hacen el esfuerzo de viajar hasta San Sebastián es un reconocimiento del que estamos muy orgullosos»

«Aquellos pacientes que requieran además un tratamiento quirúrgico cuentan en A&S con uno de los equipos más prestigiosos de España en cirugía del oído»

**M. S.:** Sorprende la juventud de algunos de los componentes de A&S ORL.

**A. & S.:** Tenemos la suerte de participar en la formación de especialistas en uno de los mejores servicios de Otorrinolaringología públicos del país, el del Hospital Donostia. Los conocemos como profesionales y como personas durante años, por ello, pedir que se unan a nuestro proyecto no es asumir ningún riesgo. Que lo acepten, es un privilegio.

**M. S.:** Se definen como un equipo multidisciplinar.

**A. & S.:** Las especialidades médicas se han desarrollado tanto que el conocimiento científico y técnico de toda una disciplina como la Otorrinolaringología, manteniendo un nivel de excelencia, es imposible. Un gran médico en el siglo XXI debe estar al máximo nivel en determinadas parcelas de su especialidad y al mismo tiempo rodearse de los mejores en el resto de subespecialidades. Cada uno de esos especialistas son ya, o se están convirtiendo, en referentes para alguna de esas subespecialidades. Un equipo con estas capacidades es capaz de dar el máximo en asistencia.

**M. S.:** ¿Y ahora también una unidad de cirugía tiroidea gestionada por otorrinolaringólogos?

## Tiene profesionales especializados en diferentes áreas para abordar todas las patologías de la Otorrinolaringología

### Especialidades

- > Otorrinolaringología infantil
- > Problemas de nariz y senos paranasales con cirugía endoscópica
- > Problemas de oído: otosclerosis, colesteatoma y perforación timpánica
- > Problemas de voz. Microcirugía laríngea
- > Problemas de Audición. Audífonos e Implantes auditivos
- > Vértigo e Inestabilidad. Rehabilitación de la Inestabilidad crónica
- > Acúfenos
- > Ronquido y apnea del sueño
- > Tumores de cabeza y cuello
- > Neurinoma del Acústico y otros tumores de base de cráneo
- > Parálisis facial
- > Enfermedades de glándulas salivares. Sialoendoscopia
- > Cirugía láser y Radiofrecuencia
- > Cirugía de la vía lacrimal mínimamente invasiva
- > Disfagia y alteraciones de la deglución

**A. & S.:** Así es, la cirugía de la glándula tiroidea es otra parcela de nuestra especialidad. Somos cirujanos de cabeza y cuello y por formación, expertos en la cirugía de esta glándula. Con la creación de esta sección liderada por el Dr. Carlos Chiesa buscábamos organizar toda la asistencia a estos enfermos: el seguimiento del paciente, las ecografías, la toma de muestras, la cirugía, los controles de voz... todo el proceso de diagnóstico y control de esta patología se realiza en nuestro servicio, por el mismo equipo, en coordinación con el servicio de Endocrinología que atiende al paciente. Evitamos de esta manera múltiples consultas, pérdidas de tiempo y los riesgos de pérdida de información relevante.

**M. S.:** ¿Siguen recibiendo pacientes de todo el país?

**A. & S.:** En España, el nivel de la Otorrinolaringología está en la vanguardia mundial, algunos servicios además, nos hemos especializado en determinadas técnicas que hacen que nuestros compañeros nos deriven enfermos de otras provincias. Las técnicas de mínima invasión en glándulas salivares, en fosas nasales, en oído, los implantes auditivos... Llevamos años mejorando nuestros procedimientos en estas parcelas. La confianza de los pacientes que hacen el esfuerzo de viajar hasta San Sebastián es un reconocimiento del que estamos muy orgullosos.

**M. S.:** El listado de las participaciones de todos los miembros del equipo en congresos, cursos y publicaciones es sorprendente. ¿Cuándo descansan?

**A. & S.:** El gusto por la divulgación científica caracteriza a todo el equipo. A lo largo de todo el año mantenemos una actividad investigadora constante, participamos en congresos y cursos y viajamos a los centros de referencia mundial para estar al día de los últimos tratamientos y técnicas. Esta actitud implica sin duda un sacrificio y la dedicación de un tiempo que no sobra. Sin embargo, es la única forma de poder ofrecer lo mejor a nuestros pacientes.

**M. S.:** Su equipo además es referente en Otolología y Otoneurología. ¿Qué enfermedades tratan estas subespecialidades?

**A. & S.:** La Otolología y la Otoneurología son las subespecialidades dedicadas al tratamiento de las enfermedades del oído, las alteraciones de la audición, el vértigo y las alteraciones del equilibrio. Se trata de una de las parcelas de nuestra asistencia que más recursos de personal y de tecnología requiere. Son enfermedades complejas que requieren tiempo para el diagnóstico y, sobre todo, tiempo para explicar al paciente su patología. Aquellos pacientes que requieran además un tratamiento quirúrgico cuentan en A&S con uno de los equipos más prestigiosos de España en cirugía del oído.



De izquierda a derecha:

DRA. SORIANO  
DR. ALTUNA  
DRA. ÁLVAREZ  
DR. CHIESA  
DRA. NINCHRITZ  
DR. SAGA  
DRA. GARCÍA

## SOLUCIONES MÍNIMAMENTE INVASIVAS PARA LA COLUMNA VERTEBRAL



Dr. Alberto Hernández

Cirugía Ortopédica y Traumatología

Policlínica Gipuzkoa

Licenciado en Medicina por la Universidad de Navarra, obtuvo la especialidad vía MIR en Cirugía Ortopédica y Traumatología en el Hospital Universitario Vall d'Hebron de Barcelona, es Doctor cum laude por la Universidad Autónoma de Barcelona y Máster en Cirugía de Columna Vertebral. Desde hace 15 años se dedica en exclusiva a la cirugía de la columna vertebral, que ejerce en la actualidad en Policlínica Gipuzkoa - Quirónsalud, realizando procedimientos de cirugía mínimamente invasiva.

### Información:

Teléfono consulta:

943 50 20 49

consulta@dralbertohernandez.com

El doctor Alberto Hernández, especialista en la columna vertebral de **Policlínica Gipuzkoa**, nos explica las opciones de tratamiento que tienen hoy las dolencias de columna



La columna vertebral es una estructura que fácilmente se lesiona con el uso, con el paso de los años y los desgastes que aparecen a partir de los 30-40 años de edad. Algunas de esas lesiones impactan poco en quien las padece, pero otras generan síntomas que deterioran las actividades cotidianas, produciendo dolores, obligando a tomar medicaciones fuertes y derivando en una pérdida de capacidades.

Cuando los síntomas de un disco intervertebral desgastado, de una hernia discal o de una estenosis de canal deterioran la calidad de vida es cuando se recomienda recurrir al especialista.

El Dr. Alberto Hernández, cirujano especialista en la columna vertebral de Policlínica Gipuzkoa y con más de 15 años de experiencia, nos explica qué opciones de tratamiento tienen hoy estas dolencias tan frecuentes.

«Las patologías de la columna vertebral tienen distintas soluciones. De entrada

**La cirugía mínimamente invasiva de columna se basa en tres técnicas:** la microcirugía tubular, asistida por microscopio o endoscopia de separador; la full-endoscopy o endoscopia completa; y las técnicas de fijación percutánea.

siempre se apuesta por los tratamientos más conservadores y menos agresivos, pero si los síntomas son graves, merman mucho la calidad de vida o hay riesgo de que las secuelas no sean reversibles, se plantea el tratamiento quirúrgico», explica.

La cirugía mínimamente invasiva es un término que se ha ido empleando en los últimos años en distintas disciplinas quirúrgicas y consiste «en resolver las patologías con la menor agresión posible a los tejidos (piel, ligamentos y músculo), procurando que el resultado sea el mejor posible, pero con la recuperación más rápida y menos dolorosa». Para ello se emplean distintas herramientas, técnicas y tecnologías que facilitan estos objetivos: resultado óptimo y mínima agresión. Cada problema, cada patología y cada paciente «necesita una solución única: **personalizada**». Por ello no es infrecuente que se deban combinar técnicas para conseguir el mejor resultado. Las tres técnicas básicas y pilares fundamentales de la cirugía mínimamente invasiva son «la microcirugía tubular, la full-endoscopy (o endoscopia completa) y las técnicas de instrumentación percutánea».

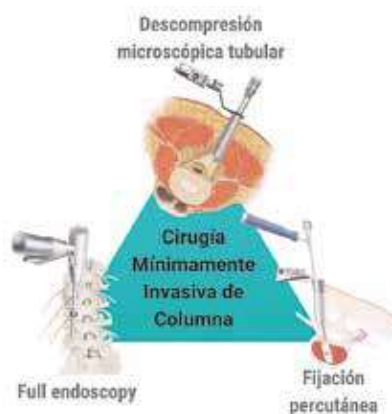
**La microcirugía tubular** consiste en el uso de dilatadores que dañan muy poco el músculo, a diferencia de los separadores clásicos empleados en las operaciones de columna de antaño, a través de los cuales se realiza el trabajo en la vértebra. A través de unos 19-22 mm se puede realizar toda la descompresión, incluso en una estenosis de canal severa. Para realizarla se necesita un material específico: separadores tubulares y una fuente de imagen, que puede ser un microscopio quirúrgico o un endoscopia introducido en el separador. Es una técnica «exigente, pero con buenos resultados en manos expertas».

**La full-endoscopy** emplea 7 mm de herida a través de la cual se introduce una cámara estrecha, sin separador, desde donde se pueden intervenir algunas lesiones concretas como las hernias discales lumbares. La lesión en los tejidos con esta técnica «es la menor, pero no todas las lesiones se pueden tratar con igual eficacia por esta técnica».

Las técnicas de **fijación percutánea** consisten en la fijación de vértebras sin emplear las incisiones prolongadas y grandes heridas que se realizaban antes. A través de menos incisión conseguimos objetivos equivalentes, pero con recuperaciones sensiblemente más rápidas. Esta técnica «se emplea si existe una inestabilidad mecánica entre las vértebras».

Entre estos tres pilares se sustenta esta filosofía de resolver los problemas de siempre con un nuevo enfoque con claros beneficios para el paciente. «No existe ninguna técnica que por sí misma resuelva todo, es la combinación y uso adecuado de las distintas técnicas cuando se afina más el resultado», subraya el doctor.

La medicina y la cirugía contemporánea se basan en la individualización y personalización de los tratamientos. La cirugía de la columna vertebral con perspectiva mínimamente invasiva es un ejemplo de la medicina contemporánea personalizada.







Dr. Javier  
Martín  
Rodríguez

Cirujano maxilofacial  
Policlínica Gipuzkoa



Cirugía ortognática  
realizada por el Dr.  
Martín



Cirugía de  
prognatismo  
mandibular para  
acabar con la apnea  
del sueño, realizada  
por el Dr. Martín

## Información:

Policlínica Gipuzkoa  
Paseo Miramón, 174 - 20014  
Donostia-San Sebastián  
679 33 43 71 / 943 00 28 00

## VERSE MEJOR Y MEJORAR LA SALUD, DOBLE COMBO

Descubrimos la inmensidad de opciones y beneficios que ofrece la cirugía estética y de rejuvenecimiento facial de la mano del Dr. Javier Martín, cirujano maxilofacial de **Policlínica Gipuzkoa**



**CASO DE CIRUGÍA ORTOGNÁTICA MAXILAR Y MANDIBULAR, PARA AUMENTAR LA PROYECCIÓN DE LA MANDÍBULA Y MENTÓN**



Suele decirse que 'la cara es el espejo del alma', siendo la sonrisa uno de los elementos del rostro que más llaman la atención a quien nos mira. Es por ello que gozar de una buena salud oral y maxilofacial no es cuestión baladí, ya que las patologías en esta área pueden repercutir en grandes problemas de salud.

Policlínica Gipuzkoa cuenta con uno de los grandes especialistas en esta área como es el Dr. Javier Martín, experimentado cirujano maxilofacial con dilatada trayectoria tanto en la sanidad pública como privada. Ejemplo de cercanía, profesionalidad y uso de tecnología de vanguardia, tiene conocimientos y capacidad para resolver casi todos los casos de la especialidad: desde deformidades y reconstrucciones, hasta implantología o traumatología.

Sin embargo, en los últimos tiempos el interés profesional del Dr. Martín se ha dirigido hacia la **cirugía estética y la del rejuvenecimiento facial**, practicando ambos en Policlínica Gipuzkoa.

### CIRUGÍA ORTOGNÁTICA

La ausencia de sintonía entre el maxilar superior y el inferior -mandíbula- es rela-

tivamente frecuente y provoca síntomas como alteración de la mordida dentaria (o maloclusión), dificultades de masticación y, en ocasiones, de pronunciación oral, así como una alteración de la estética facial.

La cirugía ortognática permite el reposicionamiento de estos huesos y su objetivo no es otro que normalizar la mordida y equilibrar las proporciones faciales, favoreciendo así una armonía facial y mejorando la estética del rostro en su conjunto. Asimismo, se corrigen los problemas de salud asociados. Es, en definitiva, un tratamiento que produce un gran cambio y mejora de la estética facial.

Pero el proceso de cirugía ortognática forma parte de un todo, requiriendo un tratamiento previo a evaluar y establecer por un ortodoncista. El objetivo no es otro que posibilitar los movimientos adecuados de los huesos faciales y posicionar los dientes para que estos encajen tras la operación. Una planificación en la que la tecnología juega un papel vital, ya que los especialistas se apoyan en técnicas digitales.

Asimismo, llegado el momento de la intervención, esta se realiza mediante incisiones ocultas en la cavidad oral, lo que

permite al paciente evitar lucir heridas y cicatrices externas visibles.

### REJUVENECIMIENTO FACIAL

El cuerpo no escapa al paso del tiempo y la cara tampoco lo hace. El envejecimiento facial se va inevitablemente originando con el paso de los años, siendo progresivo a partir de la segunda y tercera décadas de vida. Son tres los fenómenos que se producen, pudiendo combinarse o prevaleciendo alguno sobre los demás.

> **Descolgamiento:** es el fenómeno con el que se conoce al descenso de los tejidos blandos, principalmente localizados en los laterales de rostro y cuello, así como ojos y mejillas. Provoca un cambio en la forma facial, teniendo mayor dimensión en la zona baja respecto a la zona alta.

> **Atrofia:** se refiere así a la pérdida de volumen y grasa de los tejidos faciales, afectando sobre todo a la zona central (mejillas, labios, párpados y órbita) y provocando sensación de 'envejecimiento' en el perfil.

> **Alteraciones de textura y pigmentación:** aparecen en la parte más superficial de la piel, junto con las arrugas, cambiando por completo el aspecto facial.

El Dr. Martín defiende que «la forma más apropiada para el tratamiento del rejuvenecimiento facial es hacerlo globalmente, para producir un resultado armonioso y natural». ¿Eso qué quiere decir? Que a cada paciente que acuda a consulta habrá que examinar a fondo para decidir qué tipo de procedimiento se adapta a su caso, siendo generalmente lo más indicado en aras de devolver la naturalidad a través de la combinación de diversas técnicas.

Y es que son múltiples los tratamientos indicados para solucionar o revertir este envejecimiento facial. Desde los liftings, indicados para el descogamiento; hasta los microinjertos de grasa, idóneos para tratar la atrofia y proporcionar luminosidad y frescura al rostro. Especialmente demandados son las actuaciones en párpados, mediante blefaroplastia y microlipofilling orbitario; como los tratamientos de rejuvenecimiento peribucal, que comprenden procedimientos en labios (acortamiento, volumen); en comisura bucal (microinfiltración de grasa, nanofat y peeling); e incluso en los huesos maxilares (reposición de implantes e injertos óseos).

# UNIDAD DE ONDAS DE CHOQUE

Tratamientos pioneros y personalizados que ayudan a la regeneración de tejidos dañados y lesiones con un alto grado de efectividad

## TECNOLOGÍA PUNTA PARA LA RECUPERACIÓN DE LAS LESIONES CRÓNICAS

El traumatólogo de **Policlínica Gipuzkoa** ofrece una alternativa con ondas de choque para acelerar los tiempos de sanación de las lesiones y patologías



**José Ramón Aranzabal**

*Traumatólogo responsable de la Unidad de Ondas de Choque*

Policlínica Gipuzkoa



Unidad de Ondas de Choque de Policlínica Gipuzkoa

### Información:

**Policlínica Gipuzkoa**  
Paseo Miramón, 174  
20014 Donostia-San Sebastián

**Teléfonos:**  
619 937 397 / 943 00 28 00

[drmaranaranzabal@gmail.com](mailto:drmaranaranzabal@gmail.com)



José Ramón Aranzabal cuenta con la tecnología más avanzada del mercado.

José Ramón Aranzabal es el traumatólogo responsable de la Unidad de Ondas de Choque de Policlínica Gipuzkoa. Ha sido presidente de la Sociedad Nacional SETOC, así como de la Sociedad Mundial de Tratamientos Médicos con Ondas de Choque ISMS, de la cual sigue siendo senador y directivo. «Las ondas de choque son un tratamiento regenerativo para desbloquear los procesos de recuperación retardados o fallidos, como las tendinopatías crónicas, la consolidación de fracturas en las estructuras óseas o la sanación de úlceras que llevan semanas sin mejoras», afirma el traumatólogo. Sus propiedades físicas y biológicas estimulan la zona afectada y son capaces de reactivar los procesos de curación.

Para la aplicación del tratamiento se utilizan dos aparatos generadores que emiten ondas de choque focales electromagnéticas y electrohidráulicas. Para ello, se utiliza un ecógrafo sincronizado con la máquina de ondas de choque que indica en todo momento la posición de la energía que se concentra y el estado de la lesión. La principal ventaja de este tratamiento es que estimula la regeneración del tejido, consiguiéndose esto mediante el aumento de la vascularización, migración celular y los factores de creci-

miento de la zona donde se han aplicado las ondas de choque.

### UNIÓN DE EXPERIENCIA Y TECNOLOGÍA

José Ramón Aranzabal lleva más de 20 años utilizando este método en diferentes lesiones, por lo que ha ido desarrollando esta tecnología y tratamientos para las distintas patologías. Ahora mismo ofrece un servicio combinado, utilizando las mejores ondas focales y aparatos de alta y media energía del mercado. El tiempo de consulta suele variar entre los 30 y los 60 minutos, dependiendo del caso.

Acuden pacientes, en algunos casos desesperados, porque llevan mucho tiempo sin encontrar una solución a un largo problema, por ejemplo, de trocanteritis, fascitis plantar, tendinitis del hombro...

Con este tratamiento médico-quirúrgico no invasivo conseguimos excelentes resultados en la mayoría de los casos. La mejoría se nota poco a poco, siendo progresivamente más visible. El tratamiento médico con ondas de choque es, por todo ello, una combinación entre metodología y tecnología, completamente ambulatoria, cómoda y sencilla, con beneficios y mejoras grandes y demostrables en la mayoría de los casos.

### APLICACIONES

#### De las ondas de choque

##### PATOLOGÍAS TENDINOSAS

- > **Mano y muñeca:** túnel carpiano, de quervain y dedo en resorte
- > **Codo:** codo de tenista y codo de golf
- > **Hombro:** Tendinitis y calcificaciones del hombro
- > **Cadera:** Trocanteritis crónicas, tendinitis en aductores
- > **Rodilla:** Tendinitis rotuliana, cuadricipital, pata de ganso
- > **Tobillo:** Tendinitis de Aquiles, tibiales.
- > **Pie:** Fascitis plantar o espolón calcáneo y otras tendinitis

##### PATOLOGÍAS ÓSEAS

- > Retardo de consolidación de las fracturas
- > Pseudoartrosis
- > Edema óseo
- > Osteitis de pubis y pubalgia
- > Artrosis de rodilla

##### PATOLOGÍAS CUTÁNEAS

- > Úlceras que no cicatrizan
- > Pie diabético
- > Cicatrices hipertróficas
- > Celulitis

### EL TRATAMIENTO

#### De ondas de choque en seis claves

1. El tratamiento con ondas de choque es un tratamiento regenerativo.
2. Está indicado en todos aquellos procesos cuya recuperación se haya visto interrumpida o enlentecida.
3. No es la panacea universal: no sirve para todo. Sin embargo, es impresionante la amplitud de patologías en las que puede ser de gran utilidad.
4. Hace falta un buen diagnóstico efectuado por un médico antes de comenzar el tratamiento. Si no lo tiene, en Policlínica le facilitaremos la consulta y los medios necesarios para su determinación.
5. Es un tratamiento médico, que debe ser únicamente aplicado por profesionales cualificados y titulados. Asimismo, al igual que en la cirugía, es fundamental la experiencia y conocimiento del médico que realiza el tratamiento para obtener los mejores resultados.
6. Es diferente que el tratamiento con Ondas de Presión Radial (RPW), que no tiene los mismos efectos biológicos, tienen menor capacidad de penetración y efectividad, y se utiliza únicamente para tendinopatías superficiales.



# NEUROCIRUGÍA ENDOSCÓPICA

La tecnología quirúrgica mínimamente invasiva supone un gran avance en la intervención de dos zonas delicadas: el cerebro y la columna vertebral



**Dr. Andrés Andermatten**

Especialista en Neurocirugía y en cirugía mínimamente invasiva



**Dr. Nicolás Samprón**

Especialista en Neurocirugía y en cirugía mínimamente invasiva



**Dr. Sergio Torres**

Especialista en Neurocirugía y en cirugía mínimamente invasiva



## Información:

**Policlínica Gipuzkoa**  
Paseo Miramón, 174  
20014 Donostia-San Sebastián

Teléfono: 943 50 20 49  
WhatsApp: 622 50 68 20



Los doctores Andermatten, Samprón y Torres junto a Emilia Soler.



## LOS MEJORES RESULTADOS, CON MÍNIMAS MOLESTIAS

La nueva técnica de cirugía endoscópica para el área cerebral y de la columna vertebral permite, gracias a una metodología mínimamente invasiva, una mejor y más rápida recuperación del paciente

Donde quiera que miremos a nuestro alrededor encontraremos avances tecnológicos inimaginables hace unas décadas. Hace apenas unos años las videollamadas solo existían en la imaginación de los autores de ciencia-ficción y hoy en día, forman parte de la vida cotidiana de muchas personas. La **neurocirugía** y, en particular, la **cirugía cerebral** y la de la **columna vertebral** no han permanecido ajenas a estos avances tecnológicos. El desarrollo del concepto de cirugía mínimamente invasiva y de la tecnología endoscópica significa, desde el punto de vista de la experiencia y el confort de los pacientes que deben someterse a una intervención de este tipo, una disminución del tiempo de recuperación y de las molestias asociadas al posoperatorio, además de una evidente mejora en los resultados esperados.

### ¿QUÉ ES LA CIRUGÍA MÍNIMAMENTE INVASIVA?

La cirugía mínimamente invasiva, además de comprender un conjunto de técnicas específicas en cirugía cerebral y de columna, es un cambio concep-

tual en la planificación y ejecución de las operaciones.

Si bien toda cirugía se asocia a daños colaterales como incisiones y dolor posoperatorio, la cirugía mínimamente invasiva se centra en utilizar toda la tecnología disponible para conseguir los objetivos necesarios (eliminar el dolor, extirpar una lesión...) con las mínimas molestias posibles. Así, no solo se reducen las incisiones externas sino también los efectos colaterales de la cirugía convencional, como la retracción y exposición al exterior de tejidos y órganos.

La **endoscopia** es una de las tecnologías más destacadas que ha hecho posible poner en práctica los principios de la cirugía mínimamente invasiva. La idea es sencilla: donde quiera que sea en el cuerpo humano, en lugar de abrir una incisión para ver y llevar a cabo la operación, se introduce un sistema con cámaras de alta definición que llevan 'el ojo del cirujano' al sitio donde está el problema. Las aplicaciones de estas técnicas están cada vez más extendidas en el campo de la cirugía del cerebro y de la columna vertebral.

### TIPOS DE CIRUGÍA

#### Cirugía endoscópica mínimamente invasiva cerebral

- > En el caso del cerebro, la vía de entrada preferida para las operaciones endoscópicas es la cavidad nasal. Desde las profundidades de las fosas nasales, podemos acceder al área del cerebro que sea objetivo de nuestra operación. Otras veces, esta vía nasal no es conveniente y resulta necesario introducir el endoscopio por vías especialmente diseñadas para cada operación.

#### Cirugía full-endoscópica para la columna vertebral

##### LA HERNIA DE DISCO LUMBAR Y LA ESTENOSIS DE CANAL LUMBAR

- > Dentro de las técnicas mínimamente invasivas en cirugía de columna vertebral, principalmente para el tratamiento de hernia de disco lumbar y estenosis de canal lumbar, destaca la técnica completamente endoscópica o full-endoscópica, es decir, la cirugía que no necesita la utilización de ningún tipo de retractor sobre los tejidos. Mientras que otras técnicas que son a veces llamadas endoscópicas necesitan de retractores en forma de tubos para abrirse camino a la zona de interés, la técnica full-endoscópica consigue sus objetivos a través de una incisión de 7 milímetros sin necesidad de retraer los tejidos. Policlínica Gipuzkoa dispone de uno de los primeros endoscopios de estas características del ámbito nacional.

# ATHENEA NEUROCLINICS

## NEUROLOGÍA Y PSIQUIATRÍA

ATHENEA Neuroclinics cuenta con un grupo de profesionales que atiende problemas neurológicos y psiquiátricos en el Hospital de Día Quirónsalud Donostia y Policlínica Gipuzkoa (3ª planta), en un consultorio propio situado en la calle Catalina de Erauso, 18 de Donostia y en el Hospital San Juan de Dios de Santurtzi, en Bizkaia.



## UN EQUIPO DE PRIMER NIVEL

ATHENEA Neuroclinics pone a tu disposición un equipo que acredita una extensa formación clínica para atender todo tipo de problemas neurológicos y psiquiátricos

### ATHENEA Neuroclinics

ofrece también la posibilidad de realizar videoconsultas en un amplio horario de atención.

El teléfono para solicitar consultas o contacto con cualquiera de estos profesionales es el 642 222 220, en el que les facilitarán una cita presencial en cualquiera de los centros de atención con el profesional deseado o les indicarán el más adecuado a su problema.



### Información:

**Policlínica Gipuzkoa**  
Planta 3, consulta 3.18  
Paseo Miramón, 174  
20014 Donostia-San Sebastián

**Teléfono:**  
642 222 220

Además, y bajo la coordinación de los Dres. Juan Carlos Gómez Esteban (Bilbao) y Adolfo López de Munain (Donostia), ATHENEA Neuroclinics dispone de unidades asistenciales multidisciplinares para la atención de problemas específicos.

### UNIDAD DE ENFERMEDAD DE PARKINSON Y OTROS TRASTORNOS DEL MOVIMIENTO

Diagnóstico y tratamiento de las enfermedades que causan problemas de movilidad o generan movimientos anormales como la enfermedad de Parkinson, el temblor de otro origen, los tics o la distonía, así como asesoramiento sobre las nuevas terapias farmacológicas y/o quirúrgicas para estas condiciones.

- > Dr. Juan Carlos Gómez Esteban
- > Dra. Ana Vinagre
- > Dra. Eli Mondragón
- > Dra. Beatriz Tijero

### UNIDAD DE TRASTORNOS PAROXÍSTICOS DEL SNC

Diagnóstico y tratamiento de aquellas condiciones médicas que se caracterizan por una disfunción transitoria del sistema nervioso como son las pérdidas de conciencia de diferente origen, las crisis epilépticas, los vértigos o los dolores de cabeza de tipo migrañoso o tensional.

- > Dra. Ainhoa Marinas
- > Dra. Ane Mínguez

### UNIDAD DE DOLOR, FATIGA CRÓNICA Y DISAUTONOMÍA

Diagnóstico y tratamiento de los cuadros de fatiga crónica de origen indeterminado, de alteraciones del sistema autonómico, de dolor crónico debido a una fibromialgia o de otro origen y al espectro de síntomas

neurología residual a la infección por COVID-19 (COVID-19 persistente).

- > Dr. Juan Carlos Gómez Esteban
- > Dra. Beatriz Tijero
- > Dra. Ane Mínguez
- > Dra. Ana Vinagre
- > Dra. Maite Mauleón (Psicología)

### UNIDAD DE DETERIORO COGNITIVO Y NEUROREHABILITACIÓN

Diagnóstico y tratamiento de aquellas enfermedades que causan demencia o de pérdidas específicas de capacidades: motoras, sensoriales, cognitivas o conductuales secundarias a diversos insultos al sistema nervioso central (traumatismos, hipoxia, cirugía tumoral o secuelas posictus). Esta unidad realiza además exploraciones de valoración de capacidades motoras y neuropsicológicas con fines legales o periciales y ofrece programas adaptados de Rehabilitación física y cognitiva donde sea posible mediante un programa de neuroestimulación individualizado y adaptado a la persona (deterioro cognitivo ligero, enfermedad de Alzheimer, afasias progresivas primarias, ictus, enfermedades desmielinizantes, fatiga mental post-COVID, etc.).

- > Dra. Eli Mondragón
- > Dra. Ana Vinagre
- > Dra. Myriam Barandiarán (Neuropsicología)
- > Dra. Ana Bengoetxea

### UNIDAD DE ENFERMEDADES NEUROMUSCULARES Y NEUROGENÉTICAS

Diagnóstico y tratamiento de las enfermedades neurológicas con una base genética, real o sospechada, sean de tipo neurodegenerativo (Alzheimer y otras demencias, Parkinson, Esclerosis late-

ral amiotrófica, etc.) o neurometabólico, y que impliquen tanto al sistema nervioso central como a las motoneuronas, los nervios periféricos o el músculo. La unidad está especializada en el diseño de la mejor estrategia para el diagnóstico molecular, el consejo genético y/o reproductivo en los casos familiares y en la valoración de la aplicabilidad a cada caso de las nuevas terapias avanzadas.

- > Dr. Adolfo López de Munain
- > Dr. Roberto Fernández-Torrón
- > Dra. Maite Mauleón (Psicología)

### UNIDAD DE NEURORADIOLOGÍA INTERVENCIONISTA

Esta unidad está integrada por profesionales de la Neuroradiología con una larga experiencia en el diagnóstico por imagen de los diferentes procesos neurológicos (enfermedad vascular cerebral, enfermedades tumorales, inflamatorias o infecciosas del SNC, enfermedad muscular) así como en el abordaje terapéutico invasivo de aquellas condiciones en las que el acceso vascular a la lesión es factible.

- > Dr. Josean Larrea
- > Dr. Jorge Villanúa
- > Dr. Alex Lüttich

### UNIDAD DE PSIQUIATRÍA Y PSICOLOGÍA CLÍNICA

Esta es una unidad de atención a problemas psiquiátricos primarios (ansiedad, depresión...) así como a los problemas adaptativos presentes en otras condiciones médicas. Se ofrece también terapia sistémica familiar y de pareja.

- > Dra. Estibaliz López de Munain (Psiquiatra)
- > Dra. Maite Mauleón (Psicología)





Dr. José Luis  
Elósegui

Cirugía General



Dra. Laura  
Flores

Cirugía General



Dr. Javier  
Murgoitio

Cirugía General



La cirugía robótica  
explicada a fondo



**Cirugía bariátrica.**  
Conoce el caso de  
Felicidad Lucas,  
paciente de la Unidad  
de Obesidad Integral  
y sometida a cirugía  
bariátrica de la mano  
del Dr. Elósegui

#### Información:

Teléfono consulta:  
943 50 20 49

## UN PASO MÁS EN LA CIRUGÍA MÍNIMAMENTE INVASIVA: LA CIRUGÍA ROBÓTICA

La Unidad Integral de Obesidad de **Policlínica Gipuzkoa** cuenta con un equipo multidisciplinar que ofrece una atención integral y personalizada a cada caso que reciben, planteando una solución de forma ágil y sin demoras



La excelencia en el servicio ha sido siempre una de las máximas de Policlínica Gipuzkoa en general, y de la **Unidad Integral de Obesidad** en particular. Esta área se ha reforzado en los últimos tiempos con la incorporación de la **cirugía mínimamente invasiva mediante el sistema robótico Da Vinci**, complementaria a la cirugía laparoscópica y que convierte la intervención en un proceso más llevadero y beneficioso tanto para el profesional médico como para el paciente; siendo este y su bienestar los principales objetivos del hospital donostiarra. Esta especialidad ha sido reconocida por la gran calidad de su atención, integral e individualizada a cada caso, al mismo tiempo que ágil y sin demoras para los pacientes.

A cargo de dicha tarea se encuentra un equipo multidisciplinar encargado de abordar, cada uno desde su especialidad, la problemática de cada persona que acude a consulta. Aunque no todos los casos terminen en quirófano, porque la cirugía bariátrica «no es una operación estética, aunque muchos lo consideren como tal», lo cierto es que los que sí lo

hacen puede disfrutar de una cirugía mínimamente invasiva (que actualmente se aplica en colon, hernia, vesícula y obesidad) y cirugía laparoscópica que reduce al mínimo las incomodidades operatorias y posoperatorias del paciente.

Uno de los especialistas de esta área es el **Dr. José Luis Elósegui**, cirujano general y digestivo de la Unidad Integral de Obesidad, quien explica el gran avance que ha supuesto la aplicación de la cirugía mínimamente invasiva, mediante el robot Da Vinci, en las intervenciones bariátricas, un sistema «que ha llegado para quedarse» y al que augura un gran recorrido: «No va a morir en el camino».

A diferencia de la laparoscopia, el instrumental Da Vinci «ha mejorado la versatilidad y los movimientos», pues mientras en el primero «las pinzas se mueven y giran al igual que lo hace la mano», el Da Vinci permite un movimiento «de 360 grados». Se trata de un sistema avanzado e innovador con «grandes e importantes» ventajas. La primera, «la ergonomía del cirujano», es decir, algo tan sencillo como que el médico se sienta más cómodo a la hora de operar, lo que «sin duda influirá en el resultado». Asimismo, este sistema robótico permite anular «completamente» el temblor que puede tener el cirujano, «sobre todo uno experimentado y en edad madura».

Otra de las ventajas es que Da Vinci permite al cirujano, además de manejar sus manos izquierda y derecha, manejar también la imagen: «Simplemente pulsando y pisando un pedal podemos cambiar la orden del robot para que mueva la imagen a nuestro antojo». El resto de avances se asemejan a los que ofrece la cirugía laparoscópica, estrechamente vinculados con la mínima invasión al cuerpo del paciente. «Al realizar pequeñas incisiones, disminuimos el dolor posoperatorio, ayudando con ello al alta precoz. Un paciente en buenas condiciones permite una incorporación a la vida laboral activa mas rápida», apunta.

La Unidad Integral de Obesidad ha realizado hasta la fecha unas **150 intervenciones con esta técnica**, cuatro de ellas de suelo pélvico, y cosechando en todas ellas muy buenos resultados. Es el caso de la cirugía bariátrica a la que fue sometida Felicidad Lucas y cuyo testimonio puede conocerse en el vídeo anexo.

### EQUIPOS MULTIDISCIPLINARES

#### Unidad de Enfermedades Digestivas

- > Dr. José Luis Elósegui Aguirrezabala
- > Dr. Javier Murgoitio Lazcano
- > Dr. José M<sup>a</sup> Enriquez-Navascués
- > Dra. Laura Flores Jaime

#### Aparato Digestivo

- > Dr. Juan Ignacio Arenas Ruiz-Tapiador
- > Dr. Francisco Zozaya Laqueri
- > Dra. Julyssa Cobian Malave
- > Dra. Maider Martos Martín

#### Endocrinología

- > Dra. Eva Blázquez Lautre
- > Dr. Alfredo Yoldi Arrieta

#### Nutrición

- > Eider Sánchez Tolosa
- > Teresa Gaztañaga Aurrecochea

#### Psicología

- > Susana González de la Nava

# ORL GIPUZKOA



De izquierda a derecha: la Dra. Miren Goiburu, la Dra. Paula Casallas, el Dr. Ángel Ispizua, la secretaria Idoia Martínez y el Dr. Alberto Urrutikoetxea.

## OTORRINOS ESPECIALISTAS EN EL DIAGNÓSTICO Y EL TRATAMIENTO

El equipo de ORL Gipuzkoa aborda todas las patologías de la Otorrinolaringología con una visión multidisciplinar



**Nos puedes encontrar en:**

**Hospital Quirónsalud Donostia**

Paseo Alkolea, 7  
20012 Donostia

**Teléfonos:**  
943 32 21 21 / 688 76 57 39

**Consulta Médica Eibar**  
Calle Isasi 9 - 20600 Eibar  
**Teléfono:** 943 54 42 62

**Centro Médico Urola**  
Plaza Damaso Azkue, 2 bajo  
20730 Azpeitia  
**Teléfono:** 943 15 07 06

[www.orlgipuzkoa.com](http://www.orlgipuzkoa.com)

**ORL Gipuzkoa** es un equipo pionero a nivel territorial, compuesto por cuatro médicos especialistas en Otorrinolaringología hiperespecializados, con gran experiencia profesional en campos concretos.

El Dr. **Ángel Ispizua** ofrece una amplia experiencia global en las enfermedades de la Otorrinolaringología y se esfuerza por ofrecer los últimos avances de la especialidad para sus pacientes. Uno de sus campos más frecuentes de trabajo es las patologías de oído medio y externo.

Por su parte, el **Dr. Alberto Urrutikoetxea** está especializado en ORL general y técnicas quirúrgicas mínimamente invasivas y en la otorrinolaringología infantil, con una dilatada experiencia en el tratamiento de patologías de niños y niñas.

La **Dra. Paula Casallas** es especialista en Rinología, es un referente en rinoplastia. Su amplio conocimiento y buen hacer en la cirugía de nariz, tanto estética como funcional, tiene su mejor aval en la satisfacción final de sus pacientes tras la intervención. A su vez, la Dra. Casallas trata afecciones como la sinusitis, pólipos nasales y demás patologías de la nariz, así como enfermedades de la garganta y laringe.

Una de las problemáticas más comunes en este campo son los vértigos y el desequilibrio, y esta subespecialidad compete a la **Dra. Miren Goiburu**. Experta en el diagnóstico y tratamiento de las patologías vestibulares, aboga por un estudio exhaustivo de cada caso y soluciones personalizadas para sus pacientes en la unidad que ella lidera.

# MEDICINA INTEGRATIVA

## LOS BENEFICIOS DE ESTA MEDICINA

La Dra. Marian Lorente, doctora en medicina y cirugía por la Universidad de Navarra, se ha formado en Medicina Tradicional China en Europa, China y Estados Unidos



La Dra. Marian Lorente es una de las especialistas en medicina integrativa y acupuntura colaboradora con las diferentes especialidades de Policlínica. Su experiencia en la clínica Teknon de Barcelona le avala en Gipuzkoa.

Su experiencia clínica de más de 15 años hace que en su consulta se practique una medicina que comparte los beneficios de la occidental y oriental, conocida como acupuntura: estimulación de terminaciones nerviosas (manualmente o por electroestimulación) para tratamientos que la medicina occidental no resuelve de forma totalmente satisfactoria. Estas indicaciones están publicadas y avaladas por la OMS, en el CIE 11, y principalmente son: dolor, efectos secundarios de los tratamientos de quimioterapia y radioterapia, fertilidad y patología funcional.

La **Unidad del Dolor de Policlínica Gipuzkoa** tiene en la acupuntura un gran aliado por su gran efectividad en paliar el **dolor agudo y crónico** y por los beneficios en el tratamiento de ciertas dolencias como son el **dolor muscular y articular, migraña, el dolor de la neuralgia del trigémino, el de la neuropatía periférica...**

**Los efectos de los tratamientos oncológicos** pueden abordarse mediante la acupuntura que «al ser una medicina física, produce una neuromodulación, ayudando a los pacientes a quitar el dolor oncológico sin interferir con ningún otro medicamento, pudiendo complementarse con analgésicos tradicionales». Otras indicaciones publicadas por sus buenos resultados son el cansancio, las náuseas y vómitos, el insomnio, el mantenimiento de las defensas, la falta de ánimo, los sofocos, la neuropatía periférica... En resumen, síntomas que inciden en la calidad de vida de los pacientes.

**Ginecología y Obstetricia** son algunas de las especialidades más beneficiadas por esta técnica. Por un lado, porque puede mejorar las posibilidades de quedar embarazada. Asimismo, se disminuye la ansiedad, mejorando el proceso. También resulta «muy eficaz» para eliminar el dolor menstrual o dismenorrea. Lo mismo ocurre con aquellas mujeres que padecen amenorrea o falta de menstruación.

La patología funcional se da cuando hemos realizado todo tipo de pruebas al paciente y salen correctas y sigue teniendo patología, por ejemplo digestiva. El abordaje con medicina integrativa de estos cuadros de fatiga crónica, fibromialgia... mejoran mucho porque se ha comprobado una disminución de la ansiedad y el estrés.

### Información:

**Policlínica Gipuzkoa**  
Consultorio 3ª planta 9ª/B  
Paseo Mirarón, 174  
20014 Donostia

**Teléfono:** 943 00 09 31  
[www.medicaltherapy.es](http://www.medicaltherapy.es)



Porque cada paciente es único

RPS: 59/17

# Expertos en Cirugía Plástica Reparadora y Estética



## 1ª consulta

Empatizar  
+  
Información  
comprensible



## 2ª consulta

Aclaraciones  
+  
Simulaciones  
(Crisalix, Mirror...)



Dr. José Manuel Santos



## Intervención

con  
máximas  
garantías



## Postoperatorio

cercano,  
más cómodo  
(Hiloterapia)

## Ahora en Policlínica Gipuzkoa

En un edificio moderno.  
Una estancia cómoda gracias a la calidad humana  
de sus profesionales

CIRUGÍA PLÁSTICA REPARADORA Y ESTÉTICA

**Dr. José Manuel Santos Zarza**

Consulta: Planta Baja



Paseo Miramón, 174  
20014 Donostia / San Sebastián



943 00 28 04



[www.drsantosplastica.com](http://www.drsantosplastica.com)

## COMPROMETIDOS CON LA CANTERA DE DEPORTISTAS GUIPUZCOANOS

Gipuzkoa es territorio deportivo: gracias a esa cultura deportiva y a las infraestructuras, miles de personas practican deporte. El hospital Quirónsalud Donostia y Policlínica Gipuzkoa son el referente médico para deportistas amateurs y profesionales

Quirónsalud da cobertura a los principales clubes y federaciones de Gipuzkoa poniendo a su disposición Policlínica Gipuzkoa y el Hospital Quirónsalud Donostia

Gipuzkoa es el territorio deportivo por excelencia. Ninguna otra provincia tiene tantos clubes de elite por habitante, ni tantos deportistas de primer nivel. Es difícil imaginar unos Juegos Olímpicos sin la presencia de alguno de nuestros deportistas. La enorme cultura deportiva existente entre la población y la buena infraestructura para la práctica de cualquier deporte provoca que miles de personas, amateurs y profesionales, practiquen deporte a distintos niveles. Y para ello también es importante una buena cobertura sanitaria, como la que ofrece el grupo Quirónsalud, con Policlínica Gipuzkoa como joya de la corona, a nuestros principales clubes y federaciones.



FEDERACIONES DEPORTIVAS

DR. RICARDO CUÉLLAR

### «ATENDEMOS A LA PRÁCTICA TOTALIDAD DE LOS DEPORTISTAS DE LAS DIFERENTES FEDERACIONES»

El doctor Ricardo Cuéllar es el traumatólogo de referencia de Policlínica Gipuzkoa y allí atienden «a la práctica totalidad de

los deportistas de las diferentes federaciones, tanto vasca como guipuzcoana». Explica que «esta atención se desarrolla a través de la urgencia, la consulta y el quirófano. En Policlínica Gipuzkoa damos una cobertura de urgencias de 365 días al año, las 24 horas». Además, en cuanto a cuestiones de consulta, «nuestra dedicación exclusiva permite que la demora de atención no supere habitualmente una semana de plazo. Tampoco existe una demora en la obtención de resultados ni en la programación de intervenciones».



REAL SOCIEDAD

DR. JAVIER BARRERA

### «OFRECEN TOTAL DISPONIBILIDAD PARA ADAPTARSE AL CONTEXTO»

La Real Sociedad lleva décadas confiando en Quirónsalud para la cobertura médica de todos sus equipos y el doctor Barrera, responsable de los servicios médicos del club, expresa así la tranquilidad que supone este acuerdo colaborativo: «Todos los



problemas que sufren o pueden sufrir los jugadores pueden ser atendidos en Policlínica Gipuzkoa». El doctor del club txuri urdin valora «la amplia variedad de especialidades, el conocimiento y experiencia de los profesionales y la existencia de una infraestructura de primer nivel (medios materiales)» y resalta «la total disponibilidad de todas las personas para adaptarse a nuestro contexto, especialmente en cuanto a calendario y horarios. También destacaría la discreción en el manejo de la información, algo muy importante también para nosotros».



REAL UNIÓN, GBC, BERA BERA, BIDASOA

DR. RICARDO JIMÉNEZ

### «AL DEPORTISTA LE DA LA TRANQUILIDAD DE TENER UN CAMINO CONOCIDO»

El doctor Jiménez lleva varios años al frente de los servicios médicos del Bidasoa, del Real Unión, del Gipuzkoa Basket y del Bera Bera y explica cómo el Hospital Quirónsalud Donostia les ofrece «desde los reconocimientos de aptitud previos a la tramitación de las fichas federativas, hasta el diagnóstico y seguimiento posterior si procede, de las incidencias lesionales que se producen a lo largo de la temporada;

#### Información:

Policlínica Gipuzkoa  
Paseo Miramón, 174  
20014 Donostia/San Sebastián



## DOCTOR BARRERA

«Todos los problemas que sufren o pueden sufrir los jugadores de nuestro club pueden ser atendidos en Policlínica Gipuzkoa»

## IOSU ESNAOLA

«Desde el primer momento se ha plasmado todo lo que hablamos en el acuerdo y los remeros están muy contentos»



por lo tanto se cubren todas las necesidades a este nivel». Las garantías son plenas ya que este acuerdo colaborativo permite que «cualquier deportista pueda tener un centro de referencia al que acudir ante las diversas incidencias médicas». Se trata de la «tranquilidad de tener un camino conocido y controlado que simplifica las gestiones para poder ser atendido correctamente y con la mayor celeridad posible».



ORIO  
ARRAUNKETA  
ELKARTEA

IOSU ESNAOLA

### «ES UNA ATENCIÓN PERFECTA; LOS REMEROS ESTÁN MUY CONTENTOS»

Iosu Esnaola es el presidente de Orio y está encantado con el servicio que ofrece el Hospital Quirónsalud Donostia y Policlínica Gipuzkoa a todos los remeros del club. Explica cómo desde el primer momento «hemos tenido muy buena relación y nos han ayudado con cualquier molestia, incluso con aspectos más importantes como ha podido ser un caso de anorexia».

El caso de Orio es bastante particular, puesto que «solo tenemos dos meses y medio de temporada y debemos estar al 100 % en ese momento». Para ello necesitan «la mejor disposición médica y Quirónsalud nos ayuda en todo para que sal-



ga todo bien. Ante cualquier cosa que nos ha surgido siempre nos han cogido el teléfono y nos han tratado a primera hora». Explica cómo «desde el primer momento se ha plasmado todo lo que hablamos en el acuerdo y los remeros están muy contentos. Varios remeros y remeras han pasado por allí y la atención ha sido muy buena. Es una atención perfecta».



CLUB DEPORTIVO  
FORTUNA

FERNANDO  
IBARRETA

### «ES MUY IMPORTANTE LA SEGURIDAD DE TENER DETRÁS AL EQUIPO DE QUIRÓNSALUD»

La Behobia-San Sebastián es la prueba más multitudinaria que se celebra en nuestro territorio y por eso es importante tener una buena cobertura médica. La dirección del Club Deportivo Fortuna apuesta por la profesionalidad del Hospital Quirónsalud Donostia y Policlínica Gipuzkoa para

El doctor Ricardo Cuéllar, traumatólogo de Policlínica Gipuzkoa, explica cómo atienden a la «práctica totalidad de los deportistas de las federaciones guipuzcoana y vasca» y ofrecen un servicio de 24 horas los 365 días del año

El doctor Jiménez detalla que en Quirónsalud ofrecen desde «los reconocimientos médicos previos a la tramitación de la ficha hasta el diagnóstico y tratamiento de las lesiones»

dar respuesta a todas las necesidades que genera una prueba en la que participan más de 30.000 atletas populares. Desde Quirónsalud, tal y como explica Fernando Ibarreta, presidente del CD Fortuna, ofrecen «consejos sanitarios para los atletas y este año en la aplicación de la Behobia se ha metido un nuevo producto que es un médico online. El corredor se puede poner en contacto a través del móvil con un médico para hacer consultas sobre alimentación o asistencia». Para la Behobia es muy valioso «la seguridad que da tener detrás un equipo médico tan importante como el que ofrece Quirónsalud». Además, Fernando Ibarreta le da importancia al hecho de que sea una casa «guipuzcoana. Nosotros le damos trascendencia a trabajar con gente de aquí y a colaborar de esa forma con nuestra sociedad». Ahora que se ha cerrado la inscripción, Ibarreta recuerda que «no es obligatorio, pero sí recomendable» hacerse un chequeo previo a la carrera, que se oferta en Policlínica Gipuzkoa.



FEDERACIÓN  
VASCA DE  
JUEGOS Y  
DEPORTES  
VASCOS

IGOR  
DUÑABEITIA

### «ES UNA ATENCIÓN INMEDIATA QUE DA SEGURIDAD A LOS DEPORTISTAS»

Los herri kirolak forman parte de la identidad deportiva vasca y desde la Federación Vasca de Juegos y Deportes Vascos velan por la supervivencia de estos deportes que tanto tienen que ver con nuestras tradiciones y nuestra forma de ser. Igor Duñabeitia es el presidente de la misma y nos explica cómo los deportistas «se sienten tranquilos» gracias al acuerdo que tiene el ente federativo con Policlínica Gipuzkoa y Quirónsalud. Obviamente son unos deportes que conllevan cierto riesgo, puesto que en muchos de ellos se manejan herramientas y los deportistas tienen que tirar de un servicio que les ofrece «una atención inmediata. Los deportistas saben que tienen que acudir a Quirónsalud y eso les da seguridad». Son los centros de Leioa y Donostia los que atienden a estos deportistas y asegura que el de Policlínica Gipuzkoa es estratégico porque les da cobertura «a los deportistas de Iparralde y Navarra». La relación de la Federación con Quirónsalud «es muy buena» y Duñabeitia recuerda que «el año pasado nos ayudaron con la instalación de un hospital móvil en Getxo para hacer las pruebas de antígenos correspondientes al Mundial de Sokatira».

Rafael Bengoa recuerda que el virus sigue entre nosotros y reclama a los gobernantes un plan para hacer frente a unos meses que serán complicados desde el punto de vista epidemiológico



**Rafael Bengoa**

Doctor en Medicina y Cirugía y máster por la UPV en Salud Comunitaria y Gestión por la Universidad de Londres. Actualmente codirige el Instituto de Salud y Estrategia (SI-Health)

Médico especialista en gestión y experto en salud pública. Firmó defensor de una sanidad pública universal, es considerado uno de los padres de Osakidetza. De 2009 a 2012 fue consejero de Sanidad y Consumo.

## «TENDREMOS UN OTOÑO Y UN INVIERNO COMPLEJOS»

La pandemia del coronavirus ya no ocupa tantas portadas como hace unos meses ni centra el debate político. Ha desaparecido de primera línea, pero el virus no entiende de exposición mediática. Sigue actuando y generando un importante exceso de mortalidad en España. Aunque nuestra vida esté bastante cerca de la vieja normalidad, el coronavirus sigue vigente y aún hay que combatirlo.

¿Cuáles serán las siguientes batallas que nos tocará librar ante él? ¿Está nuestro sistema sanitario preparado para hacer frente a nuevas olas? ¿Han aprendido los políticos de los errores del pasado? Pocos pueden contestar mejor a estas preguntas que Rafael Bengoa, doctor en Medicina y Cirugía, firme defensor de la sanidad pública universal y considerado uno de los padres de Osakidetza. A continuación explica cómo se deberían gestionar los próximos meses desde su punto de vista.

- La pandemia del coronavirus ha perdido presencia en los medios, pero ¿ese retroceso mediático se ajusta a la realidad del virus?

- Es natural que la gente tenga esta tendencia a la normalidad que es un sesgo que tenemos todos programados en el cerebro, pero lo importante es que los gobernantes no entren en ese mismo sesgo. El virus sigue entre nosotros y hay que preparar muy bien un plan de otoño-invierno y ahora hay como un silencio extraño en relación a qué es lo que nos espera.

Supongo que es porque no hay ganas de perder votos diciendo a la población que esto no se ha acabado, pero es importante que se asuma cierto riesgo desde los gobiernos para decir a la población que el virus sigue entre nosotros y que vamos a tener un otoño-invierno bastante complejo porque se nos van a combinar brotes muy importantes de tres virus: las variantes nuevas del coronavirus que hemos tenido durante estos dos meses, que parece que van a seguir, el virus de la gripe y el virus respiratorio sincitial de niños. Eso sin contar con el virus del mono u otros como el de la polio que está asomando.

Habría que pensar en decir a la población que este otoño-invierno pueden coincidir todos estos virus y que hay que preparar el sistema de salud para ello.

- ¿Cómo hay que hacerlo? ¿Qué puede hacer el ciudadano de a pie y qué deben hacer los gobiernos?

- Como no lo están diciendo las instituciones, lo estoy diciendo yo y otros cuantos que no tenemos dependencia de las instituciones. Entre nosotros y los medios conviene que advirtamos ciertas cosas. ¿Qué es lo que hay que hacer? Preparar un plan de invierno en el que la población sepa que en algunas partes va a haber unos brotes muy importantes y que se van a saturar los servicios. En esa saturación nos puede ocurrir que vuelva a retrasarse todo lo 'no Covid' y que haya que estar volviendo a priorizar absolutamente toda la atención primaria-hospitalaria en relación a esos virus. El impacto de eso sobre lo 'no Covid' es muy importante y hace falta un plan para afrontarlo. Para no repetir lo que nos ha pasado en inviernos anteriores. Y eso supone reforzar el sistema de salud y advertir a la población de que esto puede ocurrir.

Fuera del sector sanitario debemos asegurar que todos los colegios estén con toda la infraestructura de filtros HEPA y de ventilación activa porque es evidente que va a haber infecciones y algunas de esas infecciones van a ocurrir en el colegio. Cualquier inversión que hagamos en ventilación en los colegios van a servir para atacar todos los virus que he comentado antes.

- ¿La sanidad pública se encuentra en la misma situación que hace dos años? ¿O ha evolucionado desde el inicio de la pandemia?

- Lo que está claro es que no hemos hecho una evaluación ni en las Comunidades Autónomas ni a nivel nacional de cómo se ha gestionado y cómo nos podemos preparar mejor. No hace falta sacar los colores a nadie, sino decir que corresponde empezar a estar mucho mejor preparado para cualquier tipo de octava ola que pudiera ocurrir.

Si tenemos una octava ola la pregunta es si estamos mejor preparados

«Es natural que la gente tienda a la normalidad, es un sesgo que está en el cerebro, pero lo importante es que los gobernantes no caigan en ese sesgo»

que hace un año y yo hubiera esperado que los gobiernos estuvieran sugiriendo cuál es el plan de otoño-invierno frente a la muy alta probabilidad de que pueda haber una variante que se llama la AB75 (Hemos tenido AB4 y AB5). Aunque siga siendo menos severa, puede que sea muy infecciosa. La pregunta que hay que hacerse es si estamos listos para una octava ola. Creo que el sistema de salud lo puede encajar, pero siempre sacrificando lo 'no Covid' y deberíamos poder encajar la octava ola y todo lo 'no Covid'.

Pero eso no se puede hacer sin reforzar mucho la atención primaria, la infraestructura de seguimiento, de epidemiología, de vacunación y toda la infraestructura que necesitamos de salud pública e inmunológica.

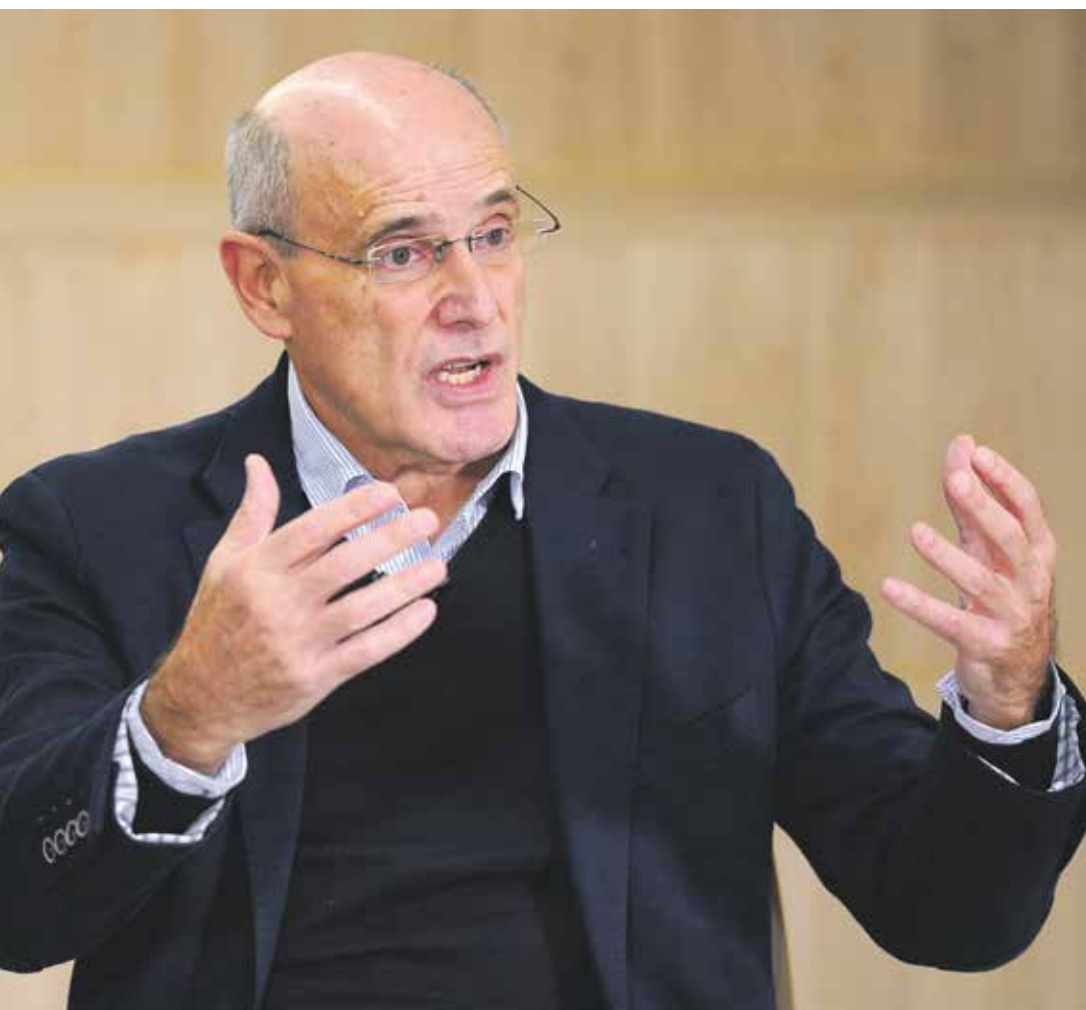


## OTOÑO-INVIERNO

«Se nos van a combinar brotes muy importantes de tres virus: las variantes nuevas del coronavirus que hemos tenido estos meses, el virus de la gripe y el virus respiratorio sincitial de niños»

## SISTEMA DE SALUD

«El impacto sobre lo 'no Covid' es muy importante y hace falta un plan para afrontarlo. Para no repetir lo que nos ha pasado en inviernos anteriores. Eso supone reforzar el sistema de salud y advertir a la población»



**- ¿Cómo debe ser la política de vacunación a partir de ahora? ¿Están desprotegidas las personas que recibieron la tercera dosis hace más de seis meses?**

- No están sin protección total porque siempre entra a actuar la defensa celular en lugar de la defensa humoral. Pero es cierto que ahora es muy importante que la gente más vulnerable reciba una cuarta dosis: las personas de cierta edad (hay países ofreciendo de 50 para arriba).

Creo que los gobiernos no están acelerando la cuarta dosis porque están esperando las nuevas vacunas que ya se han aprobado en Inglaterra y en Estados Unidos, que es una vacuna de Moderna más específica y reconfigurada para las variantes V4, V5 y Ómicron. Están más orientadas a Ómicron que las primeras que iban orientadas a las variantes anteriores.

Espero que haya un pronunciamiento a principios de septiembre sobre la aceleración de la vacunación con la cuarta dosis a las personas de cierta edad y a las inmunodeprimidas. Si no es así, decir cuándo, cómo y a quién se le van a dar las nuevas vacunas orientadas a las variantes de Ómicron.

**- ¿En qué punto nos encontramos en cuanto al tratamiento de la Covid? ¿Es el momento de los tratamientos por encima del tratamiento de las vacunas?**

- Hay que reforzarlo todo. Reforzar el sistema de salud para atender Covid y 'no

Covid', hay que vacunar a los que acabamos de comentar con las vacunas clásicas o las reconfiguradas y el tercer aspecto es asegurar que tenemos a nuestra disposición todos los medicamentos, concretamente Paxlovid, para aquellas personas con más riesgo de que se les complique la infección a nivel clínico. Esa susceptibilidad sigue dándose en personas mayores, pero también en otras edades y conviene tener la infraestructura clínica y los medicamentos que hacen falta.

Se podría estar sugiriendo cómo se podría emplear Paxlovid en atención primaria, en lugar de esperar a las complicaciones graves porque es algo que hay que dar en los primeros cinco días, cuando te empiezas a complicar.

**- Aún hay un importante exceso de mortalidad. ¿Se puede volver a parámetros normales a corto-medio plazo?**

- Todo dependerá de lo que suceda con la octava ola, que hay que asumir que va a llegar y hay que prepararse para ello. Seguirá siendo de una variante poco severa, pero sí muy infecciosa y transmisible como nos ha pasado estos dos meses. Pero eso no quiere decir que se parezca a una gripe. La gripe no hace eso. No tiene esos excesos de mortalidad tan fuertes como está teniendo este coronavirus. Como se va a quedar entre nosotros, tenemos que ir asegurando que, cuando se exprese de forma estacional, que se está expresando cada tres

«No hemos hecho una evaluación ni en las CC. AA. ni a nivel estatal de cómo se ha gestionado y cómo prepararnos mejor»

«Hay una probabilidad muy alta de que haya una variante AB75. Aunque siga siendo menos severa, puede que sea muy infecciosa»

«Creo que los gobiernos no están acelerando la cuarta dosis porque están esperando las nuevas vacunas reconfiguradas para las variantes V4, V5 y Ómicron»

«Nos sorprende que la viruela del mono se exprese de forma más pandémica de lo que lo estaba haciendo. No hay que estigmatizarlo como un virus de transmisión sexual»

o cuatro meses, empecemos a poder anticiparnos con toda la infraestructura necesaria.

Hasta que podamos tener unas vacunas que estén orientadas a todos los coronavirus y variantes. Todavía no estamos ahí. Cuando eso ocurra estaremos mucho más cerca de controlar este virus y podremos hablar de fase endémica. Se quedará entre nosotros, pero lo podremos entender como más estacional.

Da la sensación de que los gobiernos andan esperando a que el virus se adapte a lo que quieren los gobiernos y el virus no hace esa adaptación. Está extendiéndose como le interesa a él reproducirse. Vuelvo a repetir que los gobernantes deben resistirse al sesgo a la normalidad que tenemos en la población. Deben ser más resolutivos y tenemos que prepararnos mejor a corto y a largo plazo.

A largo plazo vamos a seguir teniendo Covid y esperemos que a través de los años se haga endémico como otros Coronavirus que están entre nosotros. Se expresan de forma endémica. Pero no estamos todavía en esa fase.

**- En cuanto a la viruela del mono, ¿en qué punto nos encontramos?**

- Nos enfrentamos a una situación en la que nos sorprende que se exprese de forma más pandémica de la que se estaba expresando un virus que existe hace décadas, pero que solo se expresaba en unas regiones de África. Es un virus que no tiene el mismo impacto de severidad ni la repercusión económica que pudiera tener el Covid en los países.

**- ¿Cuáles son las personas de riesgo en este virus?**

- No hay que estigmatizarlo como un virus de transmisión sexual porque no lo es. Tiene relación con los comportamientos que tienen determinados grupos de riesgo.

En términos epidemiológicos hay que seguirlo muy de cerca y saber si estamos viendo solo la punta del iceberg o si estamos viendo lo que hay con los datos que tenemos.

Estamos ante un virus que tiene una vacuna, que es una adaptada de la viruela, que se tiene desde hace muchos años y que está siendo eficaz, pero se está teniendo problemas a nivel de muchos países por no tener suficiente vacuna para ofrecer a todos los grupos de riesgo.

Es importante que sean los propios grupos de riesgo los que hagan lo que se hizo en otro momento con el VIH. Son quienes tienen un mayor control, junto a las administraciones, para asegurar que el máximo número de personas se presenten ante el sistema de salud cuando tengan sarpullidos sospechosos o cuando hayan estado en contacto con alguien.



Los urólogos Ion Madina y Javier Azparren, en las nuevas instalaciones situadas en el número 56 de la calle Urbietta, en Donostia.

## LA UROLOGÍA MÁS INNOVADORA CERCA DE TI

En Madina y Azparren disponen de un nuevo tratamiento para los síntomas del agrandamiento benigno de la próstata: la vaporización con láser y la terapia térmica con vapor de agua Rezum™



**Nueva ubicación en Urbietta, 56 (Donostia)**

**Teléfono:**

943 43 45 95

**También en**

Onkologikoa, 2ª planta

**Web:**

[www.madina-azparren.com](http://www.madina-azparren.com)

El aumento benigno de la próstata es una afección muy frecuente en los hombres a partir de los cincuenta años. Pese a que el aumento del tamaño de la glándula es parte del desarrollo normal del cuerpo humano, hay momentos en los que dicho crecimiento es mayor de lo deseable y empieza a causar problemas relacionados con la micción.

Madina y Azparren disponen de un novedoso tratamiento para el agrandamiento benigno de la próstata y los síntomas que genera. Se trata de la terapia térmica con vapor de agua Rezum™.

**- ¿En qué consiste?**

- El procedimiento se basa en disparar vapor de agua a través de energía de radio-

Rezum™ es un tratamiento ambulatorio, alternativo a la medicación y la cirugía invasiva

frecuencia. Diversos estudios han demostrado que la técnica, que es ambulatoria y se hace con sedación y anestesia local en apenas unos minutos, reduce los síntomas generados por la próstata.

**- ¿Cómo funciona?**

- Se inyecta el vapor de agua en dos o tres puntos de cada lóbulo de la próstata y se retira el dispositivo. El vapor de agua destruye el tejido prostático consiguiendo que la próstata se retraiga, aliviando así los síntomas que la compresión de esta produce. Todo esto no dura más de veinte minutos.

**- ¿Cómo actúa el vapor de agua?**

- El calor del vapor de agua se distribuye



## RENOVA: ONDAS DE CHOQUE PARA LA DISFUNCIÓN ERÉCTIL

Renova es una terapia no invasiva e indolora para tratar la impotencia o disfunción eréctil. Renova es el primer sistema de ondas de choque dedicado a tratar la disfunción eréctil. Ofrece el tratamiento con una cobertura de órgano perfecta, tanto del pene como de la raíz peneana, lo que conduce a una mayor eficacia.



RPS: 48/17

### Servicios de la consulta

- > **Cáncer de próstata:** estudio y diagnóstico de cáncer de próstata. Analítica-exploración ECO urológica en consulta única.
- > **Estudio y tratamiento del agrandamiento benigno de próstata:** tratamiento médico y quirúrgico para todos los tamaños prostáticos (Láser Tulio 180W y REZUM).
- > **Cirugía de la CIRCUNCISIÓN** con LÁSER sin ingreso.
- > **VASECTOMÍA** sin bisturí sin ingreso.
- > **Cirugía mínimamente invasiva** de la incontinencia urinaria.
- > **Rehabilitación de suelo pélvico** con ondas magnéticas focalizadas.
- > **Problemas de sexualidad masculina.** Tratamiento para la resolución de los problemas de sexualidad masculina: estudio analítico, exploración, diagnóstico y tratamiento médico adecuado a cada caso.
- > **Tratamiento con ONDAS DE CHOQUE** de la disfunción eréctil.

entre el tejido de la próstata provocando la muerte celular y dando lugar a una retracción de la glándula. Cuando la próstata se retrae deja de comprimir la uretra y esta se ensancha permitiendo la micción.

#### - ¿Tiene efectos secundarios?

- Con el tratamiento con vapor de agua el riesgo de sufrir estas complicaciones es muy bajo porque no hay cortes y porque el calor que produce el tratamiento no afecta a los nervios. No repercute en la funcionalidad sexual y es excepcional que genere eyaculación retrógrada.

#### - ¿Es efectivo?

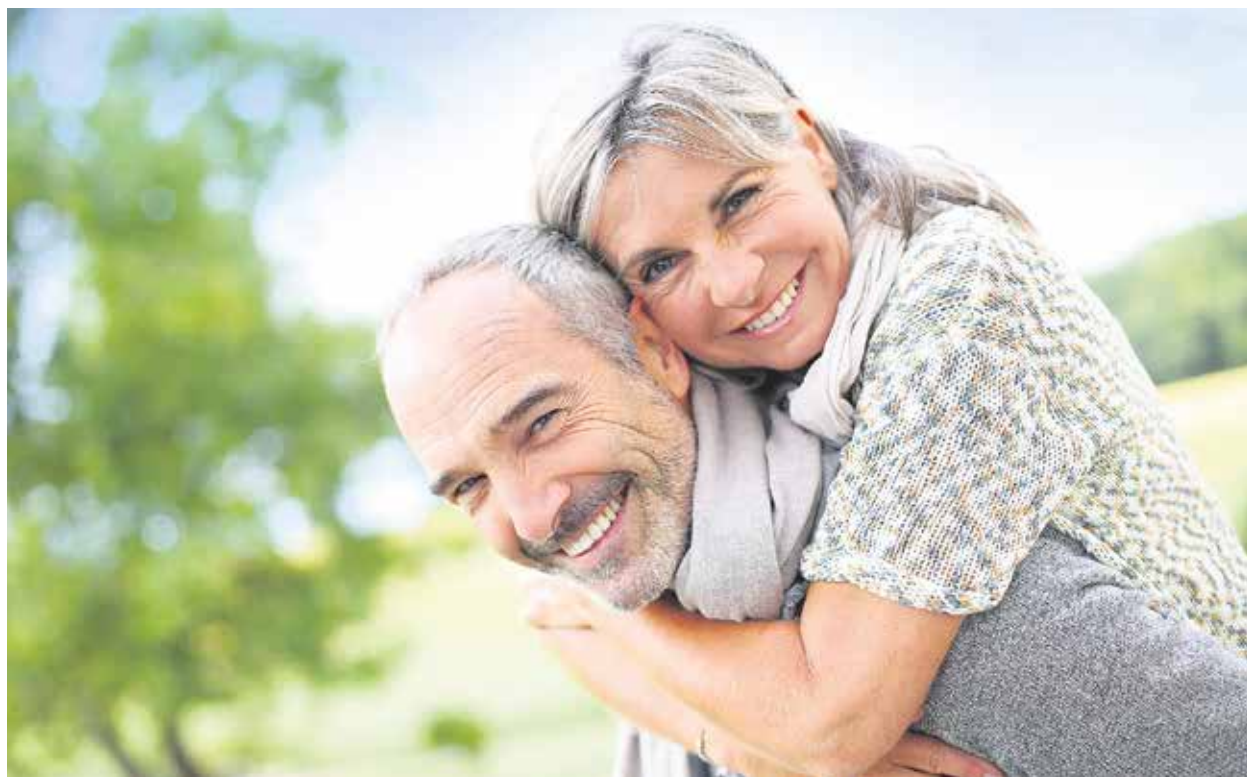
- Sí. En los seis años que se ha estado evaluando, los estudios muestran que en entre el 90 y el 95 % de los hombres que reciben este tratamiento con vapor, los síntomas de la Hiperplasia benigna de próstata (HPB) se reducen o eliminan significativamente. Por ello, ha sido aprobado por las principales agencias que evalúan y certifican la eficacia de los tratamientos médicos, como la FDA americana.

#### - ¿Para qué tipo de próstatas está indicado?

- En próstatas que no superen los 70-90 cc se pueden tratar a más del 80 % de los pacientes que sufren HBP. Son pacientes que desean no padecer los efectos secundarios de la cirugía convencional, como la pérdida de la eyaculación o eyaculación retrógrada, y pacientes en los que, por enfermedades o tratamientos, está contraindicada la cirugía. El urólogo será el encargado de indicar cuál es el método más adecuado.

## PARA ELLA: TRATAMIENTOS PARA PÉRDIDAS DE ORINA Y FALTA DE TONO VAGINAL

Disfruta en plenitud sin renunciar al placer gracias al rehabilitador de suelo pélvico BTL EMSELLA que mediante ondas magnéticas genera el fortalecimiento del mismo



Embarazos, partos, cambios hormonales o ligados a la menopausia son factores que producen cambios físicos en la zona íntima femenina. Pérdidas de orina, sequedad vaginal, irritación, falta de lubricación o pérdida de tono afectan a la confianza y a la calidad sexual de las mujeres. Los nuevos tratamientos de Madina & Azparren pueden ayudarte a mejorar tanto las pérdidas de orina como las relaciones sexuales. Cuentan con dos métodos no quirúrgicos, complementarios entre sí y que se realizan en su propia consulta -Urbiet, 56- y asistidos en todo momento por una enfermera:

- > El rehabilitador de suelo pélvico BTL EMSELLA que mediante **ondas magnéticas focalizadas** genera el fortalecimiento y la reparación del mismo. Tiene forma de sillón e incorpora una tecnología revolucionaria -**electromagnetismo focalizado de alta densidad**-, que provoca hasta 150 contracciones de los músculos del suelo pélvico por segundo, lo que se traduce en una reducción de las pérdidas de



#### BTL EMSELLA

Es un dispositivo diseñado para tratar a la paciente mientras esta se encuentra sentada, vestida y con las piernas ligeramente abiertas.

orina y en una mejora de la vida sexual de los pacientes. BTL EMSELLA es un dispositivo diseñado para tratar a la paciente mientras esta se encuentra sentada, vestida y con las piernas ligeramente abiertas para que el suelo pélvico quede expuesto al magnetismo de alta intensidad. Un tratamiento totalmente indoloro que tiene una duración de 28 minutos por sesión. Se recomienda realizar 6 sesiones en un intervalo de un mes.

- > El láser ginecológico GYNELASE, **mínimamente invasivo**, cómodo, seguro y eficaz, dirigido a fortalecer las paredes vaginales, mediante microimpulsos indoloros de láser CO2, que mejoran tanto las pérdidas urinarias como la tonicidad vaginal.

Sus tratamientos son una excelente opción para mujeres de todas las edades que busquen una solución para la incontinencia urinaria y quieran mejorar su vida sexual y, en general, su calidad de vida.

## 2021 EN CIFRAS

**3.000**

**PERSONAS SE DEDICAN A LA INVESTIGACIÓN EN EL SISTEMA SANITARIO**

**+31**

**MILLONES DE EUROS DE PRESUPUESTO**

**+1.500**

**PUBLICACIONES CIENTÍFICAS**

**+1**

**MILLÓN DE MUESTRAS ASOCIADAS A 900 PATOLOGÍAS EN SU BIOBANCO**

**918**

**ENSAYOS CLÍNICOS EN EL SISTEMA VASCO DE SALUD**

**915**

**PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN**

**59**

**PROGRAMAS DE I+D+I COMPETITIVOS INTERNACIONALES PROMOVIDOS, APOYADOS Y GESTIONADOS**

**+80**

**PROYECTOS EN COLABORACIÓN CON 53 EMPRESAS PARA SU VALIDACIÓN EN OSAKIDETZA**

**63**

**DESARROLLOS DE LA CARTERA TECNOLÓGICA**

**25**

**PATENTES**

**bioef**

**BIOEF**

**Información:**

Torre del BEC  
Ronda de Azkue, 1  
48902 Barakaldo (Bizkaia)

**Teléfono:**  
944 53 85 00

## BIOEF CUMPLE 20 AÑOS

La Fundación Vasca de Innovación e Investigación Sanitarias ha sido coordinador de la investigación e innovación, y ha evolucionado de acuerdo con las necesidades del sistema sanitario



La Fundación Vasca de Innovación e Investigación Sanitarias BIOEF surgió en 2002 impulsada por el Departamento de Salud del Gobierno Vasco para promover la investigación y la innovación en el sistema sanitario de Euskadi. Tras la creación en 1995 de las unidades de Investigación en los hospitales de Osakidetza, era necesario un mayor impulso en la gestión centralizada de la investigación y, además, se necesitaba apoyo en innovación organizativa del sistema sanitario vasco para una mayor integración en red de sus actividades.

BIOEF ha jugado siempre el papel de coordinador, cabecera de la investigación e innovación, y ha ido evolucionando de acuerdo con las necesidades del sistema sanitario, facilitando la gestión de la investigación y de la innovación del sistema sanitario, en diferentes ámbitos.

Comenzó de forma paralela en dos áreas diferenciadas: la promoción de la investigación y la innovación organizativa. Su estructuración de la actividad investigadora se gestó, inicialmente, con la creación del Biobanco Vasco, plataforma de gestión de muestras de investigación indispensable para promover la investigación sanitaria, y, posteriormente, con

la creación de los Institutos de Investigación Sanitaria. Así, en 2010 se creó Biodonostia; en 2011, el Instituto de Investigación en servicios de salud, Kronikgune; en 2014, Biocruces; y, por último, en 2018, Bioaraba. Gracias a la creación de estos institutos se impulsó la investigación de las y los profesionales sanitarios de Osakidetza, facilitando desde la proximidad la consecución de proyectos, la captación de financiación y la estructuración de la investigación coordinada por BIOEF. A día de hoy, son cerca de 3.000 las personas dedicadas a la investigación en el sistema sanitario, con un presupuesto de más de

BIOEF ha jugado siempre el papel de coordinador, cabecera de la investigación e innovación

31 millones de euros en 2021, y más de 1.500 publicaciones científicas. En la campaña de EITB Maratoia del pasado año se recaudó más de un millón de euros para investigación en Alzheimer que la propia BIOEF gestiona a través de una convocatoria competitiva para el desarrollo de proyectos en torno a esta enfermedad, ocupándose también de su seguimiento.

### UNA MIRADA AL FUTURO

La nueva estrategia de investigación e innovación en Salud 2022-2025, recién lanzada, otorga un papel clave a BIOEF en la coordinación e integración de la investigación sanitaria. Así, se define un nuevo modelo de liderazgo que ya está en marcha, en el que BIOEF asume un conjunto de responsabilidades vinculadas a garantizar este liderazgo, así como una coordinación e integración en el conjunto de los institutos de investigación, adecuando los recursos a las funciones asignadas. Este papel de BIOEF será clave en la nueva estrategia y en el despliegue de esta en los ejes definidos: coordinación, integración, especialización, talento, internacionalización y recursos para la investigación e innovación sanitaria.





**NUEVA ETAPA**  
Marian Ibarrondo, directora de Investigación Sanitaria del Gobierno Vasco, es la encargada de liderar esta apuesta por la I+D+i en Salud.

# «LA INVESTIGACIÓN VA A IR DIRIGIDA A QUE TENGA RESULTADOS EN LAS PERSONAS»

Marian Ibarrondo, directora de Investigación Sanitaria del Gobierno Vasco, explica las claves de la nueva estrategia puesta en marcha

BIOEF cumple 20 años y lo hace inmerso en un profundo cambio de estrategia. Marian Ibarrondo, directora de Investigación Sanitaria del Gobierno Vasco, desgrana las claves de esta nueva etapa.

**- ¿Por qué nace BIOEF y cuáles son los objetivos que se marca ahora?**

- Se trata de la Fundación Vasca de Investigación e Innovación Sanitaria, que surgió en 2002 para impulsar y estructurar, dentro del Departamento de Salud, todo lo que tiene que ver con la investigación y la innovación. Hay que recordar que desde el año 1995 se empezaron a crear unidades de investigación desde los propios hospitales en los que cada uno hacía lo que podía en función de la organización del propio hospital, pero hacía falta organizarse más y mejor.

Desde entonces, la función de BIOEF ha sido impulsar y estructurar el sector para que haya más investigación, buscando que los institutos estén más coordinados entre sí. Ahora, 20 años después, el reto es que BIOEF retome esa labor de cabecera de los cuatro institutos vascos (Bio-Bizkaia, Bio-Gipuzkoa, Bio-Araba y Bio-Sistemak).

**- Cita la coordinación. ¿Qué importancia tiene en un sector como el de la salud?**

- Es fundamental. Por ello, el primer objetivo de la nueva estrategia de BIOEF se basa en buscar ese liderazgo, que sea ese centro cabecera de los cuatro institutos y que todos trabajen conjuntamente en trabajos para visibilizar la investigación en Euskadi. Esa coordinación, además, tiene mucho que ver con la integración de esta con la asistencia. En el proceso anterior, siempre se generaban dos mundos: el de aquellos que se dedicaban a los pacientes y el de quienes se centraban en la investigación.

Todo esto tiene un fin último y es que el foco de la investigación va a ir dirigido a que tenga resultado en las personas: en salud y en mejores tratamientos. Y eso requiere de un BIOEF que sea referencia en Euskadi y que logre integrar a universidades, centros de investigación y empresas.

**- ¿En qué campos pretende especializarse BIOEF?**

- BIOEF está trabajando junto a Gobierno Vasco en una estrategia RIS3 del Plan de Ciencia y Tecnología 2030. Estamos trabajando con todos los agentes: empresas, universidades, Osakidetza... y BIOEF. Y ahí hemos definido cuatro-cinco

«La retención de talento va a ser el eje más importante que vamos a trabajar en los próximos años»

«El reto de BIOEF es retomar esa labor de cabecera de los cuatro institutos vascos de investigación»

grandes bloques. Hablamos de la salud personalizada, que va a ser un cambio de paradigma muy importante en la asistencia sanitaria; como es el caso de las terapias CAR T, que están llegando para determinados tipos de enfermedades oncológicas que hasta ahora no tenían tratamiento; las enfermedades neurodegenerativas, un ámbito en el que Euskadi siempre ha sido muy relevante; y la salud digital, que está llegando en todos los sectores de la vida, con más datos para lograr mejores resultados de cada investigación. Por otro lado, estamos trabajando en el envejecimiento saludable. Somos una de las poblaciones más envejecidas de Europa y no es cuestión de vivir más años, que también, sino de hacerlo libres de discapacidad.

**- Llevamos unos meses escuchando que falta y va a faltar talento para trabajar. ¿Cómo va a ser posible desarrollar todas estas investigaciones?**

- Va a ser determinante la retención de talento, el eje más importante que vamos a tener que trabajar los próximos años. Vamos a necesitar un relevo generacional en el sector de la salud y este será fundamental. Buscamos que los nuevos investigadores, que los jóvenes reconozcan la investigación como un valor, como algo positivo para su carrera profesional. Además, tenemos que ser un foco atractivo para que también venga gente de fuera y participe con nosotros en estas iniciativas que estamos desarrollando.

**- Habla de ser atractivos. ¿BIOEF tiene esa mirada abierta al mundo, buscando una proyección internacional?**

- Tenemos que impulsarlo, ayudar a nuestros clínicos y clínicas para que tengan presencia internacional. Partimos de que su presión asistencial es muy alta, tienen que investigar, ayudar a sus pacientes... Son muy buenos, pero a veces no conocen iniciativas que hay en Europa para que les sea más fácil participar en este tipo de proyectos. Euskadi está activa en casi 60 proyectos de investigación, pero somos ambiciosos y queremos más.

**- No hay investigación sin financiación. ¿Cuál es la apuesta en esta materia?**

- La posición de recursos en I+D+i, en cuanto al gasto del PIB, es uno de los más altos del Estado y en Europa estamos catalogados como 'alta innovación'. Pero no nos conformamos. En este sector de salud vamos a hacer un gran esfuerzo por consolidar la estructura de los institutos, que tengan la financiación consolidada a través de las ayudas de fondos europeos, financiación externa... y recursos para la investigación que ya tenemos, como demuestra que ha habido casi un 15 % de incremento en el último año.

# INTELIGENCIA ARTIFICIAL

Naru Intelligence desarrolla dispositivos médicos software y sistemas para ayudar a la toma de decisiones clínicas que mejoren resultados y beneficien a pacientes



Naru Intelligence es una startup en constante crecimiento. Actualmente consta de un equipo multidisciplinar formado por 13 especialistas.

## REFERENTE

### Naru Intelligence traslada el estudio clínico a la práctica diaria

Naru Intelligence, con sede en Donostia, tiene como objetivo acelerar la generación de conocimiento en seguridad y eficacia de diferentes perfiles de pacientes del mundo real, mejorando los resultados y su calidad de vida.

La startup, pionera en ciencia de datos biomédicos, proporciona servicios basados en sistemas de inteligencia artificial a hospitales e industria farmacéutica con una alta calidad científica, garantizando la privacidad y ciberseguridad de los datos. Esto permite la obtención evidencia de pacientes del mundo real (RWE) para eficacia y seguridad de tratamientos. En el entorno hospitalario añade valor a la toma de decisiones clínicas para una mejor gestión de pacientes.

En 2020 Naru obtuvo el marcado CE, lo cual ha permitido vender y distribuir sus soluciones en toda la Unión Europea. Esto ha facilitado que Naru se posicione no solo como referente en Gipuzkoa, también en el mercado internacional, con un producto altamente competitivo.

Naru Intelligence es una startup en constante crecimiento. Actualmente consta de un equipo multidisciplinar formado por 13 especialistas en IA para salud e investigación clínica.

## GIPUZKOA, A LA VANGUARDIA EN IA PARA MEJORAR LA VIDA DE PACIENTES CON CÁNCER

En el País Vasco, Naru Intelligence ha realizado 20 proyectos con instituciones hospitalarias públicas y privadas para ayudar en la lucha contra el cáncer

La tecnología de Naru Intelligence ha sido aplicada a más de 850.000 datos de pacientes de diferentes comunidades autónomas

Gipuzkoa apuesta por la IA para mejorar la vida de pacientes oncológicos, con tecnología desarrollada localmente para mejorar la calidad de vida de pacientes, la comunicación médico-paciente y llevar un seguimiento más estricto de la progresión de la enfermedad. Son casi 5.000 los pacientes que reciben un diagnóstico de cáncer en Gipuzkoa anualmente y que pueden beneficiarse de la adopción de nuevas tecnologías para mejorar su calidad y esperanza de vida.

Naru Intelligence, empresa donostiarra especializada en IA en salud, se ha posicionado como referente en desarrollo de tecnología para mejorar resultados de tratamiento en pacientes oncológicos mediante IA y tecnologías digitales. Su sistema Step ayuda a profesionales sanitarios a mejorar la toma de decisiones clínicas, la priorización de pacientes y a anticiparse a las posibles complicaciones de los mismos. En concreto Step ofrece una plataforma 'cloud' basada en IA muy visual e interactiva que ayuda a la comprensión de los datos y resultados de pacientes y poblaciones de pacientes del

mundo real. Esto acelera la generación de conocimiento y publicaciones científicas para avanzar en la lucha contra el cáncer.

Para pacientes Step ofrece una herramienta interactiva que permite reportar y llevar un seguimiento de efectos adversos y cambios en calidad de vida derivados de su enfermedad. La aplicación se la prescribe el médico al paciente. Esta es sencilla e intuitiva, permitiendo que pacientes de cualquier edad sean capaces de reportar sus síntomas en tiempo real.

Naru Intelligence ha demostrado en diferentes ocasiones que Step reduce un 71 % las visitas a urgencias, un 47 % las hospitalizaciones y aumenta en 5 meses la esperanza de vida. Su tecnología certificada marca la diferencia con su apuesta por la calidad científica, la privacidad de datos y la ciberseguridad de la tecnología.

La tecnología de Naru Intelligence ha sido aplicada a más de 850.000 datos de pacientes de diferentes comunidades autónomas. Y tan solo en el País Vasco ha realizado 20 proyectos con instituciones hospitalarias públicas y privadas para ayudar en la lucha contra el cáncer.



### Información:

Paseo Miramón, 170  
Planta 3 (oficina 10)  
20014 Donostia  
943 50 20 51  
info@naruintelligence.com





# BIOTECNOLOGÍA

TAAV Biomanufacturing Solutions es una filial de AskBio, empresa pionera en terapia génica que opera como filial independiente de la multinacional Bayer, sin cuyo soporte el desarrollo de TAAV no sería posible



## TAAV: LA CREACIÓN DE UNA NUEVA INDUSTRIA

La terapia génica consiste en sustituir un gen 'incorrecto' dentro de un individuo, que no está cumpliendo su función, por un gen 'correcto'



### Información:

Parque Científico y Tecnológico de Gipuzkoa  
Paseo Mikeletegi, 73B  
20009 Donostia-San Sebastián  
**Teléfono:**  
943 20 90 60  
**Mail:**  
info@taav.com

TAAV Biomanufacturing Solutions es una empresa de Biotecnología, dedicada a la producción de un tipo de ADN sintético denominado 'doggy-bone™ DNA' o, simplemente, 'dbDNA™'

TAAV dispone de una instalación industrial en el Parque Tecnológico de Miramón, en San Sebastián. En su corta vida, TAAV ha puesto en marcha un sistema de producción sobre un producto totalmente nuevo y presenta muy buenas expectativas.

El dbDNA™ producido por TAAV es un material utilizado en terapia génica, en sustitución de los plásmidos, ADN producido en bacterias, menos 'limpio' y menos seguro que el producto sintético.

La terapia génica consiste en la modificación del ADN de las células de un individuo desarrollado (ya superada la etapa embrionaria) y forma parte de lo que se conoce como 'terapias avanzadas'. La terapia génica se aplica a enfermedades congénitas que afectan a un único gen, como la hemofilia, la enfermedad de Duchenne, la enfermedad de Huntington y tantas otras. Se trata de enfermedades severas, sin expectativas de curación, de larga duración y efectos tremendamente penosos para los enfermos y sus familias.



Los prometedores y revolucionarios resultados de la terapia génica han hecho que en la actualidad existan miles de productos en distintas fases de desarrollo clínico y alguno ya en el mercado.

Explicado de manera simple, la terapia génica consiste en sustituir un gen que no está funcionando correctamente o que falta, y que en definitiva no está cumpliendo su función. El método más común de llevarlo a cabo es a través del uso de virus adenoasociados (AAVs), que se utilizan como vehículo para trasladar el gen correcto dentro del cuerpo. Este es un método pionero, en el que AskBio ha llevado a cabo avances significativos. Cuando la terapia genética de virus adenoasociados se introduce en el cuerpo se dirige a los tejidos apropiados para descargar el gen corregido o faltante que se integra dentro de la célula. Estos virus modificados no son capaces de reproducirse de forma autónoma y gracias a ello no provocan infecciones.

### UN PRODUCTO NUEVO

Actualmente existen pocas empresas que produzcan ADN sintético, ya que es un producto nuevo en el ámbito de la biotecnología. Por esta misma razón, no se encuentra una industria subsidiaria que soporte la expansión de TAAV. Las materias primas que utilizan son escasas y complicadas de conseguir, con producciones pequeñas, pensadas para soportar experimentos científicos, pero no una actividad industrial en toda regla.

En TAAV no solo fomentan el desarrollo de este tipo de industria subsidiaria, también se ocupan de la creación y adaptación de técnicas analíticas y métodos de producción. Al igual que sucedió hace cuarenta años con la producción de proteínas recombinantes para su uso farmacológico, nos encontramos en los albores de una nueva especialidad industrial y todo está por hacer, incluidos aspectos de regulación farmacéutica, desarrollo de profesionales, etcétera.

En TAAV trabajan cada día para llevar adelante su misión, convencidos de que son absoluta innovación y con la ilusión de ver que el resultado de su actividad se convierta antes o después en un beneficio para personas concretas: aquellos afectados por enfermedades genéticas severas y sus familias, en cuya recuperación pongan su granito de arena.

TAAV Biomanufacturing Solutions es una filial de AskBio, líder mundial de la terapia génica, y la base del negocio de terapia génica de la multinacional Bayer, sin cuyo decidido y resuelto apoyo no sería posible su desarrollo. Agradecen también el soporte recibido por parte de los gobiernos español y vasco, dentro de sus programas para el desarrollo industrial y tecnológico en sus respectivos ámbitos de competencia.

\* La tecnología dbDNA ha sido licenciada por Touchlight Genetics Ltd. y dbDNA™ y doggybone™ son marcas comerciales de Touchlight Genetics Ltd.

# DOLENCIAS DE LA ESPALDA

## «EL 80 % DE LA POBLACIÓN TIENE O TENDRÁ DOLOR DE ESPALDA»

A punto de cumplir su décimo aniversario, las clínicas de espalda Athlon, situadas en Donostia y Aretxabaleta, disponen de una innovadora tecnología finlandesa para tratar el dolor de espalda y cervicales, mejorando la movilidad, la fuerza, la resistencia y la coordinación de sus pacientes



### Información:

#### DONOSTIA

Urbietta, 50 (bajo)  
20006 Donostia  
943 84 50 60  
donostia@clnicasathlon.com

#### ARETXABALETA

Markole Auzoa, s/n  
20550 Aretxabaleta  
943 03 98 42  
aretxabaleta@clnicasathlon.com

#### - ¿Qué son las clínicas de espalda Athlon?

- Tenemos dos clínicas especializadas en las que evaluamos y tratamos los trastornos musculoesqueléticos de manera funcional. Utilizamos tecnología nórdica de última generación llamada David Health Solutions para el tratamiento de los trastornos musculoesqueléticos en la columna vertebral.

#### - ¿Qué tipo de personas van a la clínica?

- Hay de todo. Muchos vienen con un diagnóstico médico previo. Los más comunes son las hernias discales, los casos de estenosis de canal, casos de espondilitis y espondilosis, y muchos otros que son diagnosticados como artrosis. Sin embargo, cada vez son más las personas que acuden sin ningún diagnóstico médico, y cuando hacemos la valoración vemos que el dolor proviene de los desequilibrios musculares. Aunque pequeña en proporción, también tenemos gente que viene por precaución y con un objetivo preventivo. En cuanto a la edad, no hay límite. Por el momento, el menor tiene 21 años y el mayor 98.

#### - ¿Cuáles son los tratamientos?

- El que ofrecemos se basa en la participación activa del paciente, el ejercicio terapéutico personalizado y la terapia manual. Inicialmente, realizamos un diagnóstico funcional de la columna, es decir, realiza-

Miren Larrañaga, responsable de Athlon Bizkar Klinika Aretxabaleta, explica cuáles son las ventajas de estos centros para superar los dolores de espalda y cervicales



### Dolencias tratadas en Athlon

Los males de espalda pueden causar numerosos síntomas, por lo que si sufres de alguno o más de los siguientes listados no dudes en concertar una cita en tu centro más cercano.

- > Dolor o discomfort relacionados con la columna vertebral.
- > Episodios de dolor lumbar, dorsal o cervical.
- > Dolor irradiado en brazos y/o piernas.
- > Lesiones en la columna vertebral.
- > Intervención quirúrgica de espalda y necesidad de potenciar la musculatura lumbar tras la operación.
- > Recomendación de fortalecer la espalda.

Incluso si ya has sido diagnosticado de alguna de las siguientes dolencias y no has conseguido mejora con los tratamientos convencionales, también estamos a tu disposición para tratar:

- > Lumbalgias y lumbalgias posparto.
- > Ciática.
- > Escoliosis.
- > Espondilolitis anquilosante, cervical o lumbar.
- > Degeneración del disco intervertebral.
- > Síndrome facetario.
- > Síndrome de cirugía fallida.
- > Cifosis.

mos una valoración de la movilidad y fuerza de la columna y, además, una valoración de la percepción de dolor del individuo. Elaboramos un plan de tratamiento personalizado en base a los resultados de este diagnóstico, que se completará en un plazo aproximado de tres meses.

#### - ¿Hay un seguimiento después de finalizar el plan de tratamiento de tres meses?

- Depende de la evolución y objetivos del paciente. Una vez finalizado el plan de tratamiento, se puede continuar con un plan de mantenimiento, que sería otra fase encaminada a la prevención. En nuestra clínica, por ejemplo, tenemos muchas personas que han estado en una rutina de mantenimiento desde que abri-

mos el centro hace ya nueve años y que afortunadamente, ya no recuerdan lo que es convivir con el dolor de espalda.

#### - ¿Cómo es una sesión en Athlon?

- Suele ser una sesión de aproximadamente una hora. Inicialmente hacemos un calentamiento aeróbico (bicicleta estática, cinta de correr o elíptica). Luego un circuito en las máquinas y terminamos con ejercicios individuales y estiramientos. Siempre bajo la supervisión de un profesional.

#### - ¿Son siempre útiles las pruebas de imagen?

- Es muy importante dar explicaciones claras cuando un paciente llega con un informe médico. Dedicamos mucho tiempo a la explicación a la hora de hacer un diagnóstico funcional, lo que ayuda mucho. La mayoría de la gente piensa que los resultados de una resonancia magnética lo explican todo, pero no es así. En muchos casos observamos que la imagen no concuerda con las sensaciones dolorosas o no dolorosas que tiene el propio paciente. Trabajamos mucho educando sobre la etiología del dolor y cómo funciona en el cerebro.

#### - ¿Cuál es la mejor parte de su trabajo? ¿Y lo peor?

- La mejor parte de mi trabajo es la oportunidad que tenemos de ayudar a las personas. Es muy difícil explicar tu dolor, preocupaciones y ansiedades frente a otra persona y esto es muy importante para nosotros, estamos muy agradecidos a los pacientes. También aprendemos mucho de ellos. Lo peor, yo diría, es que a veces hay que dar malas noticias.

#### - ¿Es necesario estar actualizado?

- En el caso de los fisioterapeutas, sí. Cada semana se publican nuevos artículos científicos y también necesitamos estar actualizados a través de la capacitación. Estamos permanentemente actualizados en técnicas de valoración y tratamiento de la patología lumbar y cervical. Nuestros profesionales están formados en pilates terapéutico, punción seca, técnicas de fibrólisis, gimnasia abdominal hipopresiva (método Caufriez) y técnicas de valoración y tratamiento de la diástasis abdominal.



# ASISA

## LÍDER EN SALUD

## ASISA SE TRANSFORMA PARA SEGUIR CUIDANDO A LAS PERSONAS Y LAS FAMILIAS

La compañía se ha convertido en una aseguradora multirramo

Su centro de salud en Donostia.



### asisa+

#### Información:

##### DONOSTIA

Duque de Mandas, 4 (esquina plaza Teresa de Calcuta)  
20012 Donostia

##### Teléfonos:

943 46 15 70 / 943 45 60 88

##### Horario:

9.00-14.00 h.

##### TOLOSA

Samaniego, 1  
20400 Tolosa

##### Teléfono:

943 65 52 01

##### Horario:

9.00-14.00 h.

Cuidar a las personas y a las familias es el objetivo de ASISA. La compañía, centrada en seguir ampliando los servicios que ofrece a sus asegurados, se ha convertido en una aseguradora multirramo que ofrece, además de sus productos de salud y dentales, una amplia cartera de seguros de vida, decesos, mascotas, accidentes y asistencia en viajes. ASISA ha desarrollado una cartera de productos flexible, que se adapta a las

demandas particulares de cada cliente tanto en prestaciones y coberturas como en servicios adicionales o formas de pago.

Para lograr su objetivo de cuidar cada vez a más personas, ASISA ha trazado una estrategia que sitúa al asegurado en el centro de su actividad, simplificando las gestiones administrativas y los procesos de autorización, facilitando el acceso a las prestaciones y garantizando una atención rápida, cercana y de la máxima calidad. En este sentido, ASISA cuenta en la

provincia de Gipuzkoa con una delegación en San Sebastián (Duque de Mandas, 4 -esquina Teresa de Calcuta, 2-) y con una subdelegación en Tolosa (Samaniego, 1).

Junto a su red comercial, ASISA ha reforzado sus canales de atención al cliente y ha potenciado los servicios de telemedicina, con el desarrollo de Asisa LIVE, una plataforma que incluye videoconsultas en más de una veintena de especialidades, un chat médico, que permite contactar 24 horas con diferentes profesionales, y un Servicio de Apoyo Psicoemocional. Igualmente, la compañía ha simplificado los trámites administrativos, que en la mayor parte de los casos (autorizaciones, peticiones de citas, etc.) pueden realizarse online a través de su app o de su web.

En cuanto al ámbito asistencial, ASISA pone a disposición de sus asegurados en Gipuzkoa una amplia red que incluye los hospitales y centros médicos de referencia en la sanidad privada del territorio.

TEATRO REAL  
CERCA DE TI



En ASISA sabemos que debemos ir mucho más allá de cuidar de tu salud. Por eso, te ofrecemos seguros dentales, de vida, accidentes, decesos, viajes y mascotas. Para que así tengas siempre la tranquilidad de tener protegido todo lo que más te importa.

**Salud | Dental | Vida  
Accidentes | Decesos  
Viajes | Mascotas**

#### ASISA San Sebastián

Paseo del Duque de Mandas, 4

### asisa+

900 10 10 21 | [asisa.es](http://asisa.es)



**Dr. Guillermo Larrañaga**

Servicio de Cirugía Cardiovascular.  
Unidad de Flebología y Linfología

Hospital Quirónsalud

## LAS VARICES SON VENAS ENFERMAS

La insuficiencia venosa crónica es una enfermedad compleja que no puede ser tratada con un solo método



Para devolver la sangre al corazón, las venas deben luchar contra la fuerza de la gravedad y para ello están dotadas de múltiples y delicados mecanismos que actúan como verdaderos corazones periféricos.

Cuando esos delicados mecanismos antigravedad fallan, la vena no puede contener la sangre que, entonces, se estanca y dilata sus paredes **apareciendo las varices** y la enfermedad llamada insuficiencia venosa.

Hay **factores que predisponen** a poseer una insuficiencia venosa como son: la herencia, la bipedestación, el género femenino con sus ciclos menstruales y embarazos, la obesidad y la vejez, aun-

que hay que remarcar que los hombres también tienen varices.

La enfermedad, librada a su libre evolución, provoca un enlentecimiento del flujo de sangre que tarde o temprano **generará inflamación de la vena (flebitis), formación de coágulos en su interior (trombosis) y una destrucción de los tejidos...** La presencia de manchas oscuras en la piel preanuncia el lento e insidioso camino hacia la úlcera venosa que representa el estadio final de la insuficiencia venosa crónica.

Hay varios tipos de varices de diferentes formas, dimensiones, localizaciones y extensión. Pueden ser tortuosas o rectilíneas, de gran tamaño o incluso de



Existen diversos factores que predisponen a la aparición de las varices, que producen múltiples síntomas

pequeño tamaño, como son las arañas venosas que representan una variedad **muy antiestética** y que afectan fundamentalmente a las mujeres.

Las varices producen **múltiples y variados síntomas** que van desde la pesadez, calambres nocturnos, hormigueos, sensación de calor, escozor, picor e hinchazón o edema de piernas, síntoma que anuncia la instalación de la insuficiencia venosa de grado avanzado.

La presencia de alguno o de todos estos síntomas **nos debe alertar para acudir al especialista**, realizar el correcto diagnóstico y plantear, en base a la experiencia de nuestro equipo y a la evidencia científica actual, el tratamiento mejor adaptado para cada caso porque cada paciente es diferente y la insuficiencia venosa crónica es una enfermedad compleja que no puede ser tratada con un solo método.

En nuestro servicio **poseemos la experiencia y las certificaciones necesarias para cuidar sus venas** y efectuamos tanto el diagnóstico no invasivo o invasivo, así como el tratamiento integral, estético o quirúrgico utilizando todos los métodos que existen en la flebología moderna.



### Información:

Parque Alkolea, 7  
20012 San Sebastián

Citas:

**943 38 78 35**

Rps: 96/19



**Dr. Guillermo Larrañaga**  
CIRUGÍA CARDIOVASCULAR / FLEBOLOGÍA / LINFOLOGÍA

**Citas: 943 387 835** Hospital Quirón Salud  
Parque Alkolea 7 • 20012 Donostia / San Sebastián

- Varices, prevención, diagnóstico y tratamiento
- Cirugía integral con técnicas personalizadas
- Tratamiento estético de arañas y malformaciones
- Ecografía cardiovascular diagnóstica - Ecointervencionismo
- Úlceras venosas, enfermedades linfáticas
- Tratamiento de hemorroides: cirugía y láser"



# CENTRO MÉDICO

## PARA TODAS LAS EDADES

En Guna atienden desde mujeres embarazadas hasta bebés, niños, adultos y mayores, y lo hacen siempre desde el área médica y orientados a programas de prevención y promoción de la salud



La piscina de agua caliente es el elemento diferencial de este centro médico, ya que permite llevar a cabo la rehabilitación en agua

## UN CENTRO MÉDICO PARA CUIDAR DE TU SALUD EN PLENO GROS

Guna pone a disposición del paciente médicos y sanitarios de 12 especialidades diferentes e instalaciones vanguardistas

Ubicado en el corazón de Gros, Guna pone a tu disposición un centro médico con un equipo multidisciplinar de doctores y sanitarios que cuidan de tu salud desde 12 especialidades diferentes.

Con 20 años de experiencia como aval, este centro ofrece asistencia médica tanto de forma privada como a través de un seguro médico en cualquiera de las áreas en las que está especializado.

Por Guna pasan desde deportistas que buscan hacerse una analítica antes del inicio de temporada, hasta personas mayores que requieren de cuidados especiales o niños que necesitan un tratamiento de fisioterapia. Todos ellos encuentran en el centro una respuesta médica a su demanda.

Con un equipo encabezado por la **doctora Vizcaino**, Guna dispone de diferentes áreas y servicios liderados por especialistas médicos. El **doctor Poza** encabeza el servicio de **neurología**, la **doctora Arrillaga** está al frente del equipo de **psicología y psiquiatría**, el **doctor López de la Calle** es el **médico deportivo** de Guna y tiene un grupo de preparadores físicos a disposición de los deportistas; el área de **estética** está liderada por la **doctora Acuriola** y la **doctora**



**Serrano** es la responsable del servicio de endocrinología y nutrición.

### ÁREA DE REHABILITACIÓN Y FISIOTERAPIA

Uno de los elementos diferenciales de Guna es su área de rehabilitación, dotada de unas instalaciones idóneas para los tratamientos de sus pacientes. La amplia plantilla de profesionales que tiene el centro en este ámbito le permite ofrecer diversos tratamientos. Al frente de este equipo está la **doctora Córdoba**, que encabeza un grupo multidisciplinar de rehabilitadores y fisioterapeutas.

Guna cuenta con boxes cerrados y una zona de ejercicio en el gimnasio que es ideal para que el equipo de recuperadores y fisioterapeutas pueda trabajar en perfectas condiciones. Pero, probablemente, la joya de la corona y lo que le convierte en un centro diferencial es su piscina de agua caliente, que permite llevar a cabo rehabilitaciones basadas en la hidroterapia.

El citado equipo de fisioterapeutas y recuperadores abarca las siguientes subespecialidades: **fisioterapia neurológica, drenaje linfático, fisioterapia deportiva, fisioterapia traumatológica, kinesiotaping, fisioterapia pediátrica, fisioterapia respiratoria y geriatría.**

Además, la piscina se emplea también para realizar diferentes programas de salud, como cursos de preparación para el parto, de recuperación tras él y otras actividades de ejercicio físico para todas las edades.

Para recibir más información puedes visitar el centro de la calle Gloria del donostiarra barrio de Gros o consultar su página web, desde la que puedes pedir cita para una primera consulta con cualquiera de los médicos o sanitarios que conforman su red de especialistas.



Conozca más sobre el centro de medicina de bienestar Guna y reserve su cita online

### Información:

**Guna**  
Gloria kalea, 3 (Donostia)

**Teléfono**  
943 29 03 55

**Email:**  
administracion@guna.es



## HOBEDI ENSEÑA A MEJORAR RELACIONES Y EMOCIONES

Comunicar mejor y sentirse bien es fácil de aprender en los cursos de HOBEDI

Osane Matías e Iñaki Olaskoaga ayudan a mejorar la calidad de vida en las emociones y en las relaciones en su Centro HOBEDI del donostiarra barrio de Amara.

Los profesionales de HOBEDI imparten cursos homologados de PNL: «Es cierto que la PNL ayuda a prevenir los problemas, así como a intervenir eficazmente cuando ya están presentes. Vienen personas de todo tipo, sin necesidad de formación previa; se sorprenden de lo fácil que les resulta aplicar lo que les mostramos en los cursos».

- **Técnicas de Psicología Práctica** - 'Practitioner en PNL': sencillas de aplicar en la vida cotidiana de cualquier persona, para resolver asuntos personales.
- **Coaching**: aprender a acompañar a otras personas a lograr sus objetivos vitales o de empresa.
- **Habilidades para Hablar en Público**: para influir es importante fluir, por lo que ayudamos a que esto suceda.

### EL ESTILO HOBEDI

La salud emocional es la base del bienestar; cada vez son más quienes lo descubren y acuden a profesionales para obtener esa ayuda que les permita vivir en esa anhelada buena convivencia con sus emociones.

Hobedi es un espacio dinámico y abierto en el que las personas con interés en mejorar y aprender tienen a su disposición un equipo de profesionales que les orienta; buscan ofrecer calidad y calidez en los cursos, así como en consultas individuales, en pareja y en familias. Se respeta el estilo de cada persona que llega para superar sus dificultades o a quien, estando bien, sabe que puede funcionar mejor.

En Hobedi se aplica el estilo humanista: se basa en la idea de que todos pueden mejorar y en que la psicología es una ciencia que puede aportar herramientas probadas y eficaces. Se trata de poner el foco más en descubrir las habilidades que las personas tienen que en ponerles etiquetas psicopatológicas, puesto que estas no resultan de ayuda para cambiar situaciones. «Tan importante como ayudar a mejorar es acompañar emocionalmente a quienes viven momentos de cambio».

### Información:

#### Hobedi

Xabier Barkaiztegi, 21  
Entresuelo B. Barrio de  
Amara, 20010 Donostia

#### Teléfono:

943 47 48 42

psikologia@hobedi.eus

## ACTUALIDAD



## UNA VISITA QUE TAMBIÉN PUEDE SER DE 'MANTENIMIENTO'

No solo debemos acudir a un especialista cuando no nos encontremos bien en el plano mental

Visitar a un psicólogo o psicóloga, al igual que a cualquier otro especialista en salud, no debe ser una tarea que llevemos a cabo cuando no nos encontremos bien o detectemos señales de ello. Acudir a un especialista debería ser una rutina que asumiésemos con naturalidad: lo mismo que llevamos nuestro automóvil a un taller para que nos confirme que todo funciona correctamente o realicen algunas retoques para que ello suceda, deberíamos acudir a un experto o una experta que nos confirme que todo está en orden.

Y, por suerte, esta es una costumbre que cada vez está más extendida, sobre todo entre los más jóvenes, que acuden a los gabinetes de manera periódica para realizar terapia. En muchos casos, los buenos resultados y el boca a boca entre ellos y ellas han ayudado a que las consultas estén cada vez más llenas de gente que, sin aparentemente necesidad, acude a ellas.

### ¿CÓMO ES LA TERAPIA?

Y es que acudir a terapia nos ayudará a solucionar, afrontar, gestionar o prevenir situaciones o dinámicas que pueden presentar dificultades en nuestro día a día, y hacerlo además de forma autónoma e independiente. Así, la terapia psicológica se basa en la aplicación de una serie de técnicas y estrategias que permiten mejorar la vida de las personas.

Para el éxito hay una clave y esa no es otra que la relación de confianza que se establezca entre el terapeuta y la persona que acude a terapia. Gracias a esa forma de interactuar entre ambas partes, el paciente podrá comunicar de una forma sincera y abierta cuáles son sus inquietudes, expectativas y dificultades. De esta manera, el o la terapeuta podrá identificar cuál podría ser el problema y, a partir de ese momento, afrontarlo de una manera concisa.

En este sentido, es importante que las visitas sean periódicas, ya que hablamos de un trabajo continuo y no puntual.

Ir de forma  
periódica a  
terapia es  
algo cada vez  
más común y  
que siempre  
tiene buenos  
resultados



# CARPETA DE SALUD

**Accede a toda la información sobre tu salud en un click y podrás:**



**Pedir una nueva cita**



**Consultar citas concertadas**



**Ver informes y analíticas**



**Entrar en tu información clínica**



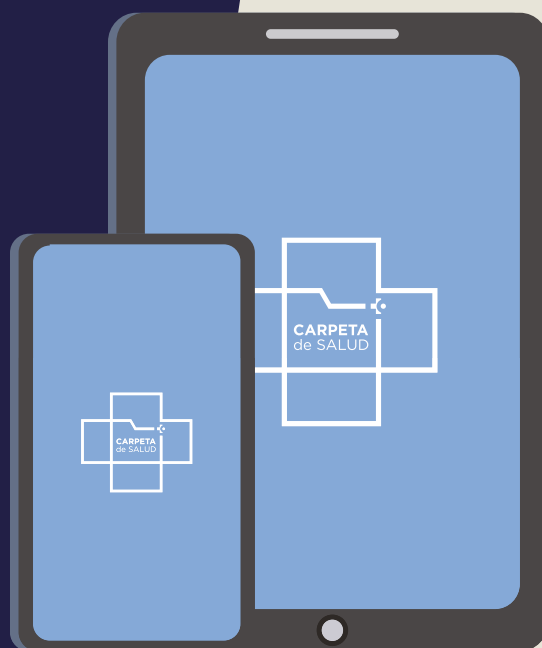
**Contactar directamente con profesionales en situaciones especiales**



**Consultar la lista de espera quirúrgica**



**Revisar tus tratamientos**



**Osakidetza**

*Euskadi, auzolana, bien común*

EUSKO JAURLARITZA  GOBIERNO VASCO

## LA GIPUZKOA QUE CUIDA: DANDO PASOS HACIA LA PERSONALIZACIÓN

El Libro Verde, elaborado por la Diputación Foral de Gipuzkoa junto con la red de residencias de mayores, trabaja para situar al territorio en la vanguardia de los cuidados con casi medio centenar de actuaciones a realizar en el periodo 2022-2030 y un presupuesto de 78,8 millones

El Libro Verde servirá de guía para acercar a Gipuzkoa a la innovación en materia de cuidados y acelerar la personalización del modelo residencial



Teléfono: 943 11 21 11

Gipuzkoa avanza con determinación en el ámbito de los cuidados. El camino emprendido por la Diputación Foral de Gipuzkoa no tiene marcha atrás, avanza a pasos agigantados y, lo más importante, lo hace en comunión y concordancia con la red de residencias de personas mayores del territorio.

Gipuzkoa acelera la personalización de los cuidados, y en concreto, del modelo residencial, y el último progreso en dicha transición ha sido la edición y publicación del Libro Verde 'Gipuzkoa: la transición hacia la residencia del futuro', un documento que servirá de guía para acercar al territorio a la innovación en materia de cuidados y acelerar la consecución del gran objetivo final: la personalización del modelo residencial.

Cabe destacar que dicho Libro Verde es fruto de un arduo trabajo llevado a cabo por el ente foral en estrecha colaboración y consenso con la red de residencias de personas mayores del territorio al completo. A su presentación en público, realizada a finales del pasado mes de junio, le ha precedido un largo proceso de elaboración en el que han participado las personas responsables de los centros residenciales, las personas usuarias, trabajadoras, familiares, patronales, sindicatos y miembros del Consejo de Mayores de Gipuzkoa.

En palabras de Markel Olano, diputado general de Gipuzkoa, con dicha publicación «hemos dado un salto para situar a Gipuzkoa en la vanguardia de los cuidados, un avance de enorme determinación y ambición que servirá para materializar la transición al nuevo modelo residencial del territorio». Asimismo, y poniendo en valor la importancia del trabajo conjunto, ha querido agradecer

a toda la red su implicación y colaboración, «porque este trabajo tiene que ser compartido, supone un reto de gran magnitud, pero que estamos respondiendo desde el presente con la mirada puesta en el 2030».

### METODOLOGÍA PARTICIPATIVA VISIÓN CONSENSUADA

El Libro Verde quiere erigirse como el documento referencial para el conjunto del sector sociosanitario de los cuidados en Gipuzkoa. Por ello, en sus páginas establece un marco común que recoge las recomendaciones para impulsar la transición del modelo residencial, al mismo tiempo que busca estimular un debate sobre el futuro de las residencias. «Parte de una situación diagnóstica, dibuja el horizonte de futuro y recoge las propuestas de política que permitirán impulsar el

cambio», resume con concreción Olano.

Para ello, recoge 46 actuaciones a aplicar desde ya. Porque no hay tiempo que perder y tampoco hay cambio sin acción. En ese sentido, el diputado general apunta que Gipuzkoa ya tiene en marcha una hoja de ruta para materializar la transformación de las residencias. De hecho, el Libro Verde cuenta con un presupuesto inicial de 78,8 millones de euros para el periodo de nueve años comprendido entre los años 2022 y 2030, un montante del cual el 95,7 % se destinará a la personalización de los cuidados. Asimismo, este proyecto puede presumir de contar con la financiación extraordinaria de 20 millones de euros provenientes de los fondos COVID-19 que recibió la Diputación a comienzos del presente año a través del Gobierno Vasco. Una buena noticia que «nos permite multiplicar las intervenciones y acelerar el proceso que







nos marca el Libro Verde», zanja el máximo representante del ente foral.

Ofreciendo una visión consensuada sobre las palancas y actuaciones de política social que acelerarán la transición del modelo, la puesta en marcha de este Libro Verde está totalmente alineada tanto con la iniciativa Etorkizuna Eraikitz como con la Agenda Gipuzkoa 2020>2030, acciones «que comparten el objetivo de impulsar cambios sistémicos, y abordar los retos sociales desde una perspectiva amplia, de futuro y con una visión innovadora». Sin olvidar el carácter participativo del mismo, siendo un documento base que servirá como guía a todas las partes y personas que conforman el sistema residencial del territorio, y que ha sido elaborado escuchando y recogiendo las aportaciones de 220 personas a través de cuatro paneles de contraste.

## 46 ACTUACIONES PARA EL PERIODO 2022-2030

En cuanto a los detalles más minuciosos del documento, el Libro Verde está estructurado en tres partes, recogiendo 14 dimensiones -tanto internas como externas al sector residencial- e identificando siete palancas para la transición del modelo de cuidados, además de la puesta en marcha de dispositivos de ejecución y evaluación.

La primera parte ha versado en un ejercicio de diagnóstico clarificador. Como condiciones externas al sector se han identificado ciertas cuestiones de vital importancia como el envejecimiento de la población, el incremento de la demanda, el cambio de perfiles, la preferencia por el domicilio, los límites de la familia como proveedora de asistencia y la coordinación con el sector sanitario. Mientras tanto, la radiografía interna del sistema ha recogido

«Este trabajo compartido supone un reto de gran magnitud que estamos respondiendo desde el presente con la mirada puesta en 2030»

**Markel Olano,**  
diputado general

«Se han establecido siete áreas de actuación que servirán como palancas para materializar la transición del modelo residencial»

**Maite Peña,**  
diputada de Políticas Sociales

do la necesidad de actual sobre la personalización de los cuidados, las ratios y las condiciones laborales, la disponibilidad de perfiles profesionales, las dificultades para innovar, la importancia de la arquitectura y los espacios físicos, la sostenibilidad, las capacidades de comunicación, la inspección y la evaluación.

A dicho diagnóstico participativo le ha seguido un segundo paso que ha consistido en el establecimiento de «siete áreas de actuación que servirán como palancas para materializar la transición del modelo residencial de Gipuzkoa», explicó la diputada de Políticas Sociales, Maite Peña, quien recuerda que para este trabajo se tuvo también en cuenta la valoración del sistema residencial y la calidad de los cuidados realizada durante la pandemia. «Participaron más de 2.000 personas de la red y, como conclusión general, destaca que el 74,5 % de las personas usuarias

y familiares valoran positivamente los cuidados que reciben», apunta la diputada.

Como ejes de transición hacia el modelo residencial del futuro, el Libro Verde recoge siete -la personalización, la gobernanza, la formación, la innovación, la normativa, la evaluación y la comunicación-, detallados en 27 recomendaciones y desgranados en un total de 46 actuaciones concretas. Cuestiones «centrales y prioritarias» son la personalización de los cuidados, la creación de nuevos centros y la adaptación de los espacios existentes al nuevo modelo, revisando condiciones laborales y adecuando ratios de personal a la transición del modelo de cuidados.

## EJECUCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

La tercera y última parte del Libro Verde se basa en una gobernanza transparente, estableciendo la puesta en marcha de dispositivos de ejecución y evaluación, a través de cinco comités de seguimiento y un grupo de contraste conformado por un grupo de 10 personas -personal de la Diputación, Kabia, Adinberri y, en su mayoría, responsables de las residencias del territorio- que «jugará un papel central en el desarrollo del Libro Verde, porque colaborará en el seguimiento de la implementación de las recomendaciones y de las actuaciones previstas», ha indicado Peña.

Los cinco comités de seguimiento, por su parte, estarán integrados por diferentes «agentes clave» ligados al sector de los cuidados y «tendrán una función central: diseñar, valorar, evaluar y recomendar, para que así la transición al nuevo modelo residencial sea compartida, de todos y todas, y evaluada en cada paso para contar con un modelo capaz de responder a los retos futuros».



## OPINIÓN

### Si no es en casa, como en casa

**Maite Peña,**  
diputada de  
Políticas Sociales

El envejecimiento de la población es uno de los grandes retos a los que nos enfrentamos. Las proyecciones de población apuntan a que seguiremos siendo cada vez más, y más mayores. Tenemos ante nosotros un reto mayúsculo, y trabajamos sin descanso para garantizar el continuo de los cuidados de los colectivos más vulnerables, desde la personalización, la cercanía y la prevención.

Queremos que las personas mayores reciban los cuidados que necesitan en casa, y si no es en casa, como en casa. Queremos combatir la soledad no deseada, impulsar los vínculos comunitarios, el voluntariado y abrazar la diversidad.

8 de cada 10 personas mayores quieren seguir viviendo en su hogar, y es nuestro deber dar respuesta a ese deseo. Y como decíamos, si no puede ser en casa, como en casa. El modelo residencial ha evolucionado mucho en los últimos años, y esa transición continúa.

Hemos construido junto al sector residencial de Gipuzkoa el Libro Verde 'Gipuzkoa: la transición hacia la residencia del futuro'; un trabajo validado, que ofrece una visión consensuada sobre las palancas y actuaciones que materializarán la transición del modelo residencial.

Recoge 46 acciones y cuenta con un presupuesto inicial de 78 millones de euros, del cual el 95 % se destinará a la personalización de los cuidados. La persona se sitúa en el centro de toda nuestra acción, y esa es la base sobre la que tenemos que avanzar. Se trata de un recorrido de enorme determinación y ambición, pero irrenunciable. Queda mucho camino que recorrer, pero tenemos el rumbo fijado.

El teletrabajo exige disciplina y orden para poder compaginar las obligaciones laborales con las caseras. Saber cuál es el momento para cada cosa es una clave para el éxito



## QUE LA RUTINA NO SEA UN SUPPLICIO

El teletrabajo volverá con fuerza este otoño, no solo por la pandemia, sino también por las medidas de ahorro energético. Es conveniente seguir estos consejos

Irrumpió por primera vez en la vida de muchos allá por marzo de 2020, a la vez que el coronavirus, y todo apunta a que en otoño volverá al día a día de muchos trabajadores. Nos referimos al teletrabajo, una fórmula por la que los gobiernos quieren volver a apostar aunque, en este caso, no sea tanto por la pandemia, sino por las diferentes medidas de ahorro energético.

Y el teletrabajo tiene muchas cosas buenas, claro está, pero también exige ciertas actitudes para que no se convierta en una mala experiencia. Por ello, siempre conviene tener en cuenta los consejos de los profesionales y la mayoría de ellos van en la misma línea y esa no es otra que la del rigor para no caer en el caos ni en la falta de organización.

Los horarios, tanto a la hora de empezar, como a la de terminar o comer, son más importantes que nunca

Y ese rigor empieza por el horario. Trabajar desde casa nos quita ese punto de prisas que podemos tener al desplazarnos a nuestro lugar de trabajo, sobre todo si es en transporte público, pero eso no debe suponer que a diario comencemos a trabajar en casa a una hora diferente. Seguir los horarios que tenemos habitualmente es la mejor opción, ya que nos ayudará también a desconectar en el momento adecuado. El teletrabajo sin esa 'desconexión' puede ser también un suplicio.

En este mismo sentido, deberíamos tener una jornada estructurada y organizada, también con nuestros tiempos de descanso marcados. Y, aunque no sea sencillo, siempre es positivo parar para comer y no hacerlo delante del ordenador o los papeles del trabajo.

Además, debemos tener unos hábitos similares al resto del año en lo que a higiene y apariencia se refiere. En este sentido, trabajar en pijama y sin haber pasado por la ducha es un completo error. Podemos trabajar con ropa cómoda, eso sí; pero el hecho de ducharse y cambiarse de ropa es importante, sobre todo, desde el aspecto psicológico.

También debemos prestar especial atención al puesto de trabajo, que deberá estar alejado del sofá o de la cama, para evitar tentaciones. A partir de ahí, es importante la iluminación, sobre todo para nuestra vista; y tener una silla y una mesa a la altura adecuada. Si podemos, es importante que ese puesto de trabajo esté en un punto en el que no desarrollemos el resto de nuestra vida casera, porque así desconectaremos de manera más sencilla de nuestro trabajo.

### UN ENTORNO AMABLE

Otra de las complicaciones que podemos encontrar al trabajar en casa es la dificultad para separar las tareas laborales de las domésticas, ya que es grande la tentación de hacer las cosas de casa a la vez que trabajamos, por ganar tiempo. Se trata de un error, porque es probable que terminemos por no estar centrados en ninguna de las dos cuestiones. Debemos entender que a la largo de la jornada hay tiempo para todo.



# SALUD MENTAL

Acoger y servir a las personas enfermas es el objetivo de la institución sanitaria Aita Menni desde 1898

## ATENCIÓN DE VANGUARDIA PARA EL DAÑO CEREBRAL, LA DISCAPACIDAD INTELECTUAL, LA DEPENDENCIA Y LA SALUD MENTAL

Este centenario hospital atiende a más de 1.400 personas al día en su red de centros distribuidos en Euskadi

El factor humano es determinante en Aita Menni, con 1.000 profesionales, el 80 % mujeres, que se esfuerzan en el cuidado de los pacientes



### Información:

Gesalibar, 15  
20509 Arrasate-Mondragón (Gipuzkoa)  
Tel. +34 943 79 44 11  
[www.aita-menni.org](http://www.aita-menni.org)  
[www.personamayor.org](http://www.personamayor.org)  
[www.dañocerebral.es](http://www.dañocerebral.es)  
[www.wearelikeyou.org](http://www.wearelikeyou.org)



Fundado en 1898 por Benito Menni en las instalaciones del antiguo balneario de Santa Águeda, en el barrio de Gesalibar de Arrasate-Mondragón, el Hospital Aita Menni se dedica a la atención de personas con enfermedad mental, discapacidad intelectual, daño cerebral y personas mayores dependientes.

Aita Menni pertenece a la Congregación de las Hermanas Hospitalarias del Sagrado Corazón de Jesús, institución asistencial católica, sin ánimo de lucro, que trabaja desde hace más de 135 años en la acogida, asistencia y reinserción social de personas con trastorno mental, discapa-

cidad intelectual y otras enfermedades, con preferencia por aquellas más vulnerables. Para desempeñar dicha labor, Aita Menni cuenta con un equipo de más de 1.000 personas (más del 80 % son mujeres) y una red de centros repartidos por la geografía de Euskadi en los que atiende a más de 1.400 personas al día.

Los centros de Aita Menni están dotados con los recursos y las tecnologías de vanguardia necesarios para satisfacer las exigentes demandas asistenciales. Aita Menni colabora y trabaja con todas las Administraciones Sanitarias y Sociales del País Vasco.



### Claves de Aita Menni

#### ATENCIÓN CENTRADA EN LA PERSONA

Su misión es que las personas se encuentren como en casa, partiendo de su identidad individual, ligada a la autonomía personal y la gestión de la vida cotidiana.

#### COMPROMISO CON LA INNOVACIÓN

Tecnologías de vanguardia para atender a sus pacientes y un sistema de gestión de calidad y de la seguridad del paciente.

#### COMPROMETIDOS CON LA SOCIEDAD

Colabora con ONGs e instituciones en programas de atención, formación e integración social, como We Are Like You para desarrollar instalaciones sanitarias en Liberia que permitan proporcionar tratamiento adecuado a mujeres con enfermedad mental o discapacidad intelectual.

#### COMPROMETIDOS CON LA INCLUSIÓN

Apuesta por el deporte adaptado e inclusivo. Así, entre otros proyectos, creó la Agrupación Deportiva Aita Menni (ADAM) para promover la actividad deportiva entre las personas con daño cerebral y otras discapacidades de origen neurológico de la CAPV.



### Servicios de Aita Menni

#### PSIQUIATRÍA

Cuenta con una completa red de servicios ambulatorios y de larga estancia con Unidades de Larga/Media Estancia, una Unidad de Psiquiatría Legal, centros de rehabilitación psicosocial, psicogeriatría, pisos tutelados, etc. Cubre necesidades psiquiátricas y con trastorno de conducta.

#### PERSONAS MAYORES

Dispone de distintos servicios para la atención a personas mayores dependientes centradas en la asistencia ambulatoria (con el desarrollo de Centros de Día), en la atención permanente (mediante la atención en residencias), y de forma más reciente en la atención domiciliaria.

#### DAÑO CEREBRAL

Servicio de Daño Cerebral dotado de tecnología de vanguardia en sus unidades de hospitalización, ambulatorias, infantil y centros de día. Se centra en la rehabilitación de las secuelas causadas por daño cerebral adquirido, cuyas causas más habituales de lesión son los accidentes cardiovasculares (ictus) y los traumatismos craneoencefálicos.

#### DISCAPACIDAD INTELECTUAL

Cuenta con un área de discapacidad dirigida a pacientes con alteraciones en el desarrollo, autismo, discapacidad intelectual y trastorno mental con graves alteraciones de conducta. Para su abordaje, Aita Menni tiene una Unidad referente en Euskadi concertada con las diputaciones.

# MEDICINA VASCULAR

Dr. Fran  
**Loyola Echániz**

Médico especialista en  
Radiología Vascular e  
Intervencionista

Con más de 20 años  
de experiencia en  
Osakidetza

Dra. Edurne  
**Pardo Zudaire**

Médico especialista en  
Radiología Diagnóstica  
Vascular

Con más de 15 años  
de experiencia en  
Osakidetza

Dr. Iñaki  
**Prieto Argarate**

Médico especialista en  
Radiología Vascular e  
Intervencionista

Con más de 10 años  
de experiencia en  
Osakidetza

## ADIÓS A LAS VARICES

En Varitek encontrarás un equipo médico liderado por la Dra. Pardo y los doctores Prieto y Loyola, especializados en eliminar cualquier tipo de variz sin cirugía, sin anestesia, sin límite de edad y con una recuperación inmediata al ritmo de vida habitual.



## VARITEK ES LA SOLUCIÓN A TUS VARICES

Médicos radiólogos intervencionistas expertos en tratar úlceras y reaparición de varices después de cirugía

Son muchas las personas que demoran el momento de tratar sus varices con un profesional debido al desconocimiento del propio problema, el miedo a la cirugía tradicional o una mala experiencia pasada. Varitek es una clínica especialista en el tratamiento de varices sin cirugía que surge con la misión de combatir dichos miedos e inconvenientes proponiendo una nueva opción terapéutica poco invasiva y muy eficaz. Para ello, sus profesionales han desarrollado el Método Varitek du-

rante décadas. Una fórmula cuyos pilares son la radiología intervencionista, el trato humano y el compromiso con el problema del paciente durante todo el proceso.

### ESPECIALIDAD MÉDICA

La radiología intervencionista ha transformado totalmente el modo de intervenir las varices. El diagnóstico por imagen a través de la ecografía Doppler, que permite saber en todo momento dónde estamos, cuál es el problema y cómo se

resuelve, junto con las técnicas mínimamente invasivas a nuestra disposición, han sustituido los métodos tradicionales como la cirugía.

### TODO TIPO DE VARICES TIENEN SOLUCIÓN

Tratamos con éxito los casos más complejos y desesperados, como la reaparición de varices tras cirugía, o edemas y úlceras venosas (el último y más peligroso escalón de la enfermedad). Nos centramos en resolver el aspecto médico, pero también cuidamos la cuestión estética que tanto incomoda a los pacientes. Por eso también tenemos técnicas específicas con muy buen resultado para la eliminación de las antiestéticas arañas vasculares.

### EL MÉTODO VARITEK

Garantizamos un diagnóstico minucioso, un plan de tratamiento individual y un seguimiento posterior. Es un proceso sin cirugía y sin anestesia, en el que se pueden tratar ambas piernas en la misma sesión sin necesidad de convalecencia, lo que permite que el paciente salga andando de la clínica. Además, podemos tratar a pacientes independientemente de su edad, enfermedad de base y medicación habitual, lo cual amplía muchísimo el abanico de pacientes susceptibles de mejorar la salud de sus piernas. Los resultados definitivos se observan a medida que avanzan las sesiones. Cada persona evoluciona a un ritmo diferente, pero los resultados siempre llegan.

### MEJORA DE LA CALIDAD DE VIDA

Las varices, además del aspecto estético, son causa de dolor, incomodidad y pesadez en las piernas o hinchazón de los tobillos, especialmente al final del día. Al tratarlas, la calidad de vida mejora, ya que muchos complejos y limitaciones desaparecen. Hay quien nos dice que no sabía que podía sentir frío en las piernas, quien luce piernas después de muchos años, otros que viajan tranquilos sin preocupación por riesgo de trombosis o vuelven a trabajar y practicar deporte sin molestias. En los casos más graves de personas con úlceras que no cicatrizan, podría incluso decirse que les cambia la vida cuando logramos que se libren del problema.

**variTek**  
Tratamiento de varices  
sin cirugía

### Información:

666 776 159

**Varitek Donostia**  
Plaza Campo de Atotxa, s/n

**Varitek Bilbao**  
C/ Euskalduna, 6

**Varitek Vitoria-Gasteiz**  
C/ Florida, 72

www.varitek.es  
varitek@varitek.es

f Varitek

@Varitek.es

### TESTIMONIO

**Ainhoa Pinto**

«Llevaba escondiendo las piernas desde los 18. Ahora, después de casi 30 años, vuelvo a ponerme un pantalón corto y sentirme cómoda. Estoy muy feliz y agradecida por haberme tratado en Varitek»

ANTES



DESPUÉS



Vea más ejemplos en:





## CÚRCUMA

Con propiedades antioxidantes. Reduce los niveles de azúcar en sangre.



## PAN DE ORO

Contiene sarraceno, mejorando la circulación sanguínea.



Panes elaborados con masa madre, sin aditivos, con las mejores materias primas y una **fermentación de 24/48 horas**.

Todo ello con la premisa de buscar **panes llenos de matices** sensoriales, con sabores diferentes, migas elásticas y atractivos coloridos de sus cortezas. Panes de toda la vida pero también exclusivos y únicos, cuya filosofía de fabricación se basa en la **tradición e innovación**.



## OGIKOL

Fuente de ácidos grasos Omega3. Ayuda a reducir el nivel de colesterol.



## MONTAÑA VITAL

Excelente sabor y textura. Exclusiva mezcla de semillas (girasol, lino, mijo, sésamo, amapola y calabaza).



## PAN PARÍS

Gran aporte energético. Efecto saciante.







Dra. Marian Zalakain

Responsable de la Unidad de Medicina Estética

Centro Médico Amara

## UNA PIEL SANA A CUALQUIER EDAD

Aquapure es el único sistema de cuidado facial inteligente. La doctora Marian Zalakain lo aplica en Centro Médico Amara

¿Existe un tratamiento facial no invasivo, multifuncional, de efecto inmediato y sin recuperación? Sí, su nombre es Aquapure y está disponible en Centro Médico Amara de la mano de la doctora Zalakain y su equipo de profesionales.

Aquapure es un dispositivo no invasivo y multifuncional para el cuidado facial que trata una amplia variedad de imperfecciones cutáneas. Los resultados son inmediatos y sin necesidad de periodo de recuperación. Desde la primera sesión **se consigue que la piel luzca más bonita, hidratada y luminosa, con un aspecto sano, natural, fresco y radiante**, incluso sin maquillaje.

El secreto de su éxito es su poder de succión de los poros y, a la vez, hace que el sérum y otros nutrientes penetren en la piel en profundidad. Es un procedimiento que en la misma sesión **combina simultáneamente limpieza facial profunda, extracción de impurezas, peeling e hidratación profunda** con sueros nutritivos para rejuvenecimiento de la piel.

### ¿CÓMO ACTÚA?

Aquapure estimula el tensado y el rejuvenecimiento de la piel con soluciones nutritivas que proporcionan resultados inmediatos.

### ¿PARA QUIÉN?

Se trata de un procedimiento indicado para cualquier género y para todas las edades. Sus efectos son visibles tanto en una piel muy joven en edad adolescente como en una piel madura y envejecida.

Sin embargo, Aquapure está especialmente **recomendado en casos concretos como:**

- Piel grasa congestionada con imperfecciones.
- Piel con poros dilatados y puntos negros.
- Para mejorar la hidratación y la textura de la piel.
- Para mejorar la luminosidad y vitalidad.
- Para unificar el tono de piel.
- Para prevenir y mejorar el envejecimiento de la piel.



### EL PROCEDIMIENTO

La aplicación de Aquapure comprende los siguientes pasos:

- > **PASO 1:** limpieza + peeling.
- > **PASO 2:** hidratación y aporte de nutrientes por electroporación, **sin necesidad de pinchazos**, se consigue penetración intradérmica en profundidad. **Una combinación de sueros** con extractos naturales, ácido hialurónico y un complejo de péptidos y antioxidantes forman la combinación ideal para hidratar, nutrir y rejuvenecer la piel.
- > **PASO 3:** efecto Lifting. Mediante impulsos eléctricos de los músculos faciales, tensa y alisa la piel, estimula la circulación sanguínea y el drenaje linfático.
- > **PASO 4:** relajación de la piel. Aplicación de frío y calor para relajar, descongestionar y tonificar la piel.

### PROTOCOLO Y RESULTADOS

El protocolo de tratamiento de Aquapure se puede personalizar y ajustar a las necesidades de cada paciente, incluso permite realizar una sesión previa a un evento o celebración para lucir una piel perfecta.

Y es que, en cuanto a los **resultados**, el efecto de Aquapure es inmediato y sin necesidad de periodos de recuperación. Con tan solo una sesión se percibe una piel con mayor luminosidad y vitalidad, más lisa, con poros cerrados y sin imperfecciones y un tono de piel más uniforme

En **combinación con otros tratamientos**, Aquapure no pone límites y permite combinarse con cualquier otro tratamiento facial que se necesite como láseres, luz pulsada, rellenos, hilos tensores, mesoterapias, radiofrecuencias...

El efecto de esta técnica es inmediato y no necesita periodo de recuperación, pudiendo combinarse con otros tratamientos





Dr. José Luis Monfort

Miembro del capítulo de Flebología de la Sociedad Española de Cirugía Vascular y director de la Unidad de Flebología

Centro Médico Amara

## NUEVAS TÉCNICAS CONTRA LAS VARICES

Muy rápidas y eficientes, a la vez que menos invasivas



Las opciones terapéuticas más selectivas se realizan también de manera ambulatoria, con una inmediata incorporación a la actividad diaria

**Detectar de una manera precoz la insuficiencia Venosa Crónica**, una patología cuyas principales manifestaciones clínicas son las **varices** y las **piernas cansadas**, y concienciar sobre los riesgos que conlleva esta enfermedad, **es una manera de garantizar una mejor calidad de vida de muchos pacientes**.

Es fundamental adoptar tanto **medidas de prevención** como **hábitos saludables**, sobre todo en aquellas personas que tienen una **predisposición genética**, que llevan una vida sedentaria, que tienen sobrepeso o que ejercen una

profesión que les obliga a permanecer largas horas de pie o sentado, que tienen problemas hormonales o que estén embarazadas.

Por otra parte, cabe destacar, asimismo, que resulta **imprescindible** diagnosticar la insuficiencia venosa de una manera adecuada, realizar un buen **estudio mediante un Ecodoppler color**, lo que nos va a permitir realizar un diagnóstico preciso y un planteamiento terapéutico correcto.

### ETAPA DE GRANDES CAMBIOS

Estamos en una etapa de grandes cambios en el tratamiento de las varices primarias. A los procedimientos quirúrgicos abiertos se han agregado:

#### > LOS TRATAMIENTOS ENDOLUMINARES DE ACCESO PERCUTÁNEO:

- **Esclerosis ecoguiada en forma de espuma.**
- **La ablación mecánico química:** ClariVein, Flebograft.
- **Adhesivos endovenosos** (Cianocrilatos).
- **Termoablación endoluminal:** Láser (EVLA) RF y vapor de agua.

Son opciones terapéuticas más selectivas que pueden realizarse ambulatoriamente, con una inmediata incorporación a la actividad diaria y que están demostrando una gran eficacia y una mínima incidencia de efectos secundarios.

Indudablemente es imprescindible individualizar a cada paciente y utilizar las diferentes opciones terapéuticas con rigurosidad ya que **no existen tratamientos milagrosos para las varices** y dado su carácter evolutivo y su elevada recurrencia es muy importante realizar un seguimiento periódico.

### Nuevos equipos:

#### PROCEDIMIENTOS DE TERMOCOAGULACIÓN DE VENAS SAFENAS:

- Radiofrecuencia con catéter CR 45 i.
- Neo V laser 1470 nm con fibra radial 600 m.

#### LABORATORIO VASCULAR:

- Falcon – Quad.Viasonix.
- Ecodoppler color Myndray PV.
- Ecodoppler color Sonosite Micro .Max.
- Ecógrafo Alpinion ECUBEi7 Full.

Cuentan con una amplia variedad de procedimientos ambulatorios con incorporación inmediata a la actividad laboral

El tatuado es un proceso que necesita unos cuidados antes y después de acometerlo. A la hora de borrar ese tatuaje que no nos gusta, sucederá lo mismo

## TATUAJES, UN VIAJE DE IDA... ¿Y VUELTA?

La técnica ha evolucionado y se logran resultados cada vez más sorprendentes. Por contra, su borrado es cada vez más sencillo también

Quienes lo han vivido, dicen que es una adicción y que, una vez lo has probado, lo más sencillo es repetir. Nos referimos a los tatuajes, a esa necesidad de ver cada vez tu cuerpo con más tinta presente y a una técnica que ha evolucionado y evolucionado hasta llegar a conseguir resultados asombrosos. El tatuaje es un arte hoy en día y, a diferencia de décadas atrás, puede ser efímero, ya que la técnica para su borrado también ha avanzado a velocidad de vértigo, sobre todo en los últimos años.

Cuando nos vamos a hacer un tatuaje, eso sí, pensamos que es para toda la vida, por lo que deberemos estar muy convencidos de su ejecución. Además de ello, una vez tomada la decisión, no deberemos escatimar en gastos ya que

un tatuaje mal ejecutado puede ser un verdadero trauma.

Deberemos acudir a un profesional con resultados probados y que, por supuesto, cumpla con las medidas de higiene exigidas. Además, deberemos tener en cuenta que, dependiendo de la zona que nos vayamos a tatuar, el dolor será más o menos intenso. Al respecto: consumir alcohol o drogas antes de la sesión para aliviar el dolor es una nefasta idea, ya que es probable que la cicatrización se vea alterada.

El láser es la mejor opción para eliminarlos. Necesitaremos entre ocho y quince sesiones

Una vez realizado el tatuaje, deberemos seguir a rajatabla las pautas de cuidado que nos den. Dependerán de muchas circunstancias, como el tamaño, la tinta utilizada o la zona, pero por lo general a las 24 horas podrás retirarte el vendaje y lavar al tatuaje con un jabón antibacteriano sin olor. Durante un mes hay que usar una pomada antibacteriana para que cicatrice bien. Además, deberemos evitar consumir alimentos que puedan ser irritantes o inflamatorios, como comidas muy condimentadas o picantes, alcohol, tabaco y azúcar. También deberemos tener cuidado con aquellos medicamentos que puedan alterar la coagulación de nuestra sangre. La protección del sol y la hidratación son dos claves más a tener en cuenta.

### ¿CÓMO QUITARLOS?

De un tiempo a esta parte, cada vez es más habitual querer borrar los tatuajes de la piel, por lo que la técnica y la industria han evolucionado de manera exponencial en estos últimos años.

La manera más habitual de borrarlos es con láser, que actúa fragmentando las partículas de pigmento en partículas de tamaño mucho menor que permiten que nuestro organismo las reabsorba y las elimine posteriormente a través del drenaje linfático. Según los expertos, podemos necesitar entre ocho y quince sesiones para eliminarlos de manera definitiva y con buenos resultados.

La complejidad de eliminar estos tatuajes dependerá de muchos factores, como el color de la tinta (el negro o azul oscuro son los tonos que mejor responden), la calidad de la misma (cuanto mejor sea, más costará borrar), la zona del cuerpo (si la piel es fina, como escote o muñeca, necesitaremos menos sesiones) o el color de la piel (las claras responden mejor que las oscuras).

En este proceso, también deberemos cuidar nuestra piel tanto antes como después del láser, protegiéndola del sol o evitando tomar medicación, antes; y aplicando pomadas y cremas regenerantes, después.





# DIEZ AÑOS DE TECNOLOGÍA LÁSER FEMTOSEGUNDO EN MIRANZA BEGITEK

Ha permitido un cambio radical en la cirugía ocular y ha propiciado un salto cualitativo en algunos procedimientos

*El doctor Javier Mendicute es el director médico y fundador de Miranza Begitek.*



La clínica Miranza Begitek, líder en oftalmología en Donostia-San Sebastián, con centros también en Beasain y Zarautz, siempre se ha distinguido por su apuesta por la tecnología. Este año se celebran diez años de la incorporación de la tecnología láser femtosegundo en su práctica clínica. Con motivo de tal efeméride, entrevistamos al **Dr. Javier Mendicute, director médico de Miranza Begitek** desde su fundación en 1995 y presidente de la Sociedad Española de Cirugía Ocular Implanto Refractiva (SECOIR) desde el pasado mes de mayo, cuando fue elegido por esta Sociedad.

**- ¿Qué supuso la introducción del láser femtosegundo (FS) en la cirugía ocular?**

- El láser FS ha posibilitado un cambio radical en la cirugía ocular y ha permitido un salto cualitativo en algunos procedimientos. No hay duda de que esta tecnología nos acompañará en las próximas décadas.

**- ¿En qué usos es universalmente aceptado?**

- En cirugía refractiva corneal para miopía, hipermetropía y astigmatismo, en procedimiento LASIK, ha desplazado completamente al microqueratomo mecánico: no hay comparación posible entre un láser programable y un corte con un sistema mecánico. En otras cirugías corneales, la precisión es clave: programar túneles de micras de grosor y a micras de profundidad solo es posible con

láser FS programado digitalmente. Y esto es necesario en cirugía de queratocono, ectasias corneales y trasplantes. En estos casos, no hay competencia posible.

**- ¿Y en qué otros procedimientos se usa ya, aunque de forma menos extendida entre los cirujanos oftalmólogos?**

- Hay usos menos universales, pero en los que diría que es hoy imprescindible en manos expertas, como por ejemplo, para tratar ojos pequeños en los que tenemos que trabajar en espacios mínimos. Con un sistema de diagnóstico (OCT: tomografía de coherencia óptica) se toma una imagen de alta precisión, que se procesa informáticamente para, así, programar la acción del láser FS. El cirujano ejecuta el procedimiento de forma programada y reproducible e independiente de cualquier variable personal.

**- ¿Y por qué Miranza Begitek apostó hace diez años por tal tecnología?**

- Es parte de nuestro ADN, el uso de alta tecnología contrastada clínicamente. Participamos en proyectos de investigación y desarrollo con empresas tecnológicas del sector y hace diez años tuvimos la posibilidad de valorar cuatro de las cinco plataformas existentes para uso clínico. Han sido años apasionantes en los que creo que hemos aportado conocimiento a esta tecnología y tenemos la sensación de haber vivido cambios que hace dos décadas no podíamos ni imaginar.

**- ¿Cuáles son los tratamientos más revolucionarios que ofrece Miranza Begitek?**

- Curiosamente, nos anticipamos a los acontecimientos, incorporando los avances más innovadores, especialmente en la última década. La corrección de los defectos de refracción con láser excimer y láser FS, pudiendo evitar el uso de gafas, y la implantación de lentes fásicas, para miopía e hipermetropía, y de lentes intraoculares multifocales, cuando no existen contraindicaciones médicas, son nuestras señas de identidad. Pero también prestamos atención a la oftalmología pediátrica, al tratamiento médico y quirúrgico del glaucoma y de las enfermedades retinianas, a la cirugía

## El equipo profesional de un grupo líder

Como parte de Miranza, grupo líder en centros de excelencia en bienestar ocular en España, Begitek ofrece atención integral y la más avanzada tecnología, siendo su seña de identidad el trato personal de todos sus oftalmólogos.

- > **Jon Albisu:** Cirugía oculoplástica, cataratas.
- > **Jaime Aramberri:** Cirugía del cristalino para catarata y presbicia, cirugía refractiva láser y lentes, estrabismo.
- > **Aritz Bidaguren:** Cirugía de cristalino para catarata y presbicia, córnea.
- > **Aritz Epelde:** Cataratas, retina médica.
- > **Nora Imaz:** Retina médica, uveítis, cataratas.
- > **Itziar Martínez Soroa:** Cirugía de cristalino para catarata y presbicia, cirugía refractiva láser y lentes, queratocono y ojo seco.
- > **Javier Mendicute:** Cirugía del cristalino para catarata y presbicia, cirugía refractiva láser y lentes, córnea.
- > **Javier Muñoz:** Retina médico-quirúrgica, maculopatías.
- > **José Ignacio Ostolaza:** Retina médica, maculopatías, cataratas.
- > **Ane Pérez:** Ojo seco, glaucoma, cataratas.
- > **Miguel Ruiz:** Retina médico-quirúrgica, maculopatías, cataratas.
- > **Marta Úbeda:** Oftalmología pediátrica, estrabismo.
- > **Aritz Urcola:** Glaucoma, cataratas.

oculoplástica, tanto reconstructiva como estética, y al tratamiento del ojo seco, siendo el único centro con un área avanzada para el tratamiento de esta patología.

**- Para finalizar, ¿qué hace diferente a Miranza Begitek en la asistencia oftalmológica en nuestro entorno?**

- Ningún otro centro en Gipuzkoa cuenta con trece profesionales dedicados exclusivamente a la asistencia oftalmológica, con oftalmólogos superespecializados en las diferentes áreas oculares. Además, contamos de forma pionera con la última tecnología diagnóstica, no solo para ayudarnos en nuestros diagnósticos sino también para entender en qué casos puede no ser recomendable una cirugía de miopía, astigmatismo, hipermetropía o presbicia, por ejemplo. También disponemos de las técnicas y procedimientos más avanzados para tratar cualquier patología o problema ocular. Además, al estar integrados en Miranza, grupo líder en oftalmología, con más de 30 clínicas en el Estado, tenemos acceso a otros medios como el estudio y el consejo genético o el tratamiento de patologías altamente complejas y poco frecuentes.

MIRANZA

Begitek

### Información:

#### DONOSTIA

Plaza Teresa de Calcuta, 7  
20012 Donostia  
943 32 22 33

**Horario consulta:** Lunes a viernes, de 9.00 a 20.30

#### BEASAIN

Zapatari kalea, 2  
20200 Beasain  
943 80 58 08

**Horario consulta:** Lunes a jueves, de 15.00 a 20.00 y viernes de 10.00 a 14.00

#### ZARAUTZ

Azara kalea, 17  
20800 Zarautz  
943 13 11 23

**Horario consulta:** Lunes, miércoles y viernes de 15.00 a 20.00

info.begitek@miranza.es

# ELIMINAR LAS GAFAS EN 2022: ¿LÁSER O LENTE INTRAOCULAR?

El Dr. Jaime Aramberri señala que Miranza Begitek es líder por disponer de la mejor tecnología y equipo médico posibles. «Somos reconocidos en foros profesionales, pero el paciente nos elige por nuestro compromiso», añade



tría de alta tecnología para seleccionar y calcular la lente que implantaremos en cada ojo.

## - ¿Qué avances destacaría en la cirugía láser actual?

- En los casi 30 años que llevo operando con láser, la técnica y la tecnología ha progresado exponencialmente. El láser se aplica sin contacto alguno con el ojo. Antiguamente, cortábamos una lámina corneal, mientras que hoy ya no. No hay dolor durante el procedimiento y la velocidad de corrección, con nuestros láseres, es asombrosa: una dioptría por segundo. Con todo, lo más destacable es la excelente calidad visual que se suele obtener. Muchos pacientes refieren mejor calidad de visión que con sus gafas y lentillas.

## - ¿Y qué novedades tenemos en el caso de las lentes intraoculares?

- Los nuevos modelos de lentes intraoculares han mejorado la calidad óptica que proporcionan, especialmente de noche y en ambas distancias focales. Hay que tener en cuenta que el paciente actualmente es muy exigente y solo se conforma con la mejor opción: quiere ver bien en todas las distancias y en todas las condiciones.

## - Una cuestión que surge frecuentemente: ¿Se puede hacer deporte tras operarse?

- No hay ningún problema tanto con láser como con lente. En estos años, hemos operado a muchos deportistas profesionales que han podido reincorporarse rápidamente a su actividad habitual, tanto de entrenamiento como de competición.

## - Y si ya me decido a operar, la pregunta es: ¿por qué en Miranza Begitek?

- En mi opinión, Miranza Begitek es líder en esta cirugía por disponer de la mejor tecnología y del mejor equipo médico posibles. Somos reconocidos en foros profesionales nacionales e internacionales. Sin embargo, creo que el paciente nos elige porque valora nuestro compromiso con él. Siempre miramos por sus necesidades visuales y por sus ojos en primer lugar.

## Cirugía de cataratas con lentes Premium

Hablamos con el **Dr. Aritz Bidaguren, especialista en cirugía de catarata y cristalino en Miranza Begitek.**

### - ¿Qué es la catarata?

- Es la pérdida de transparencia del cristalino que ocurre, principalmente, por el envejecimiento de este. Se corrige mediante un procedimiento quirúrgico conocido como facoemulsificación, que realizamos con anestesia tópica.

### - ¿Cómo sé que tengo catarata?

- El síntoma más frecuente es la pérdida de agudeza o de calidad visual, que generalmente es progresiva. Por ello, es recomendable realizar revisiones anuales con su oftalmólogo especialista en cirugía de cataratas, sobre todo a partir de los 60 años, cuando las cataratas son más frecuentes.

### - ¿Cuándo debería operarme las cataratas?

- No es necesario esperar a que la catarata avance hasta causar una pérdida importante de visión. La indicación de la cirugía es personalizada y variará en función de las necesidades visuales de cada paciente y del tipo de catarata.

### - ¿Necesitaré gafas tras la cirugía?

- Esto dependerá del tipo de lente que se implante. En la cirugía, implantamos una lente intraocular personalizada que sustituye al cristalino y corrige los defectos de refracción, como la miopía, la hipermetropía y el astigmatismo. Actualmente, disponemos de lentes multifocales (bifocales y trifocales) y de lentes de foco extendido, que permiten minimizar la necesidad de gafas para ver de cerca tras la intervención. La elección del tipo de lente más adecuada a cada paciente la realizamos tras estudiar las características de cada ojo, valorar las necesidades visuales del paciente y realizar un estudio preoperatorio exhaustivo con la tecnología más avanzada.

MIRANZA

Begitek

### Información:

#### DONOSTIA

Plaza Teresa de Calcuta, 7  
20012 Donostia  
943 32 22 33  
**Horario consulta:** Lunes a viernes, de 9.00 a 20.30

#### BEASAIN

Zapatari kalea, 2  
20200 Beasain  
943 80 58 08  
**Horario consulta:** Lunes a jueves, de 15.00 a 20.00 y viernes de 10.00 a 14.00

#### ZARAUTZ

Azara kalea, 17  
20800 Zarautz  
943 13 11 23  
**Horario consulta:** Lunes, miércoles y viernes de 15.00 a 20.00

info.begitek@miranza.es

El Dr. Jaime Aramberri, especialista en Cirugía Refractiva, cuenta con casi 30 años de experiencia en cirugía con láser y lentes intraoculares. Le entrevistamos planteándole algunas de las preguntas remitidas por diferentes pacientes.

### - Tengo 27 años y me quiero quitar la miopía y el astigmatismo. Varios amigos se han operado con láser y otros, con lente intraocular. ¿Qué es lo mejor?

- La indicación en un caso concreto se plantea según las pruebas preoperatorias, en las que medimos con alta precisión la graduación, las medidas del ojo con tomografía OCT y una serie de parámetros de calidad visual. En general, por encima de siete dioptrías, siempre será con lente y por debajo dependerá del resultado de esas pruebas. El paciente que se opera hoy se está beneficiando de más de 25 años de experiencia con muchos millones de ojos operados en todo el mundo.

### - Soy fotógrafo y, con 55 años, ya no veo de lejos ni de cerca. ¿Tiene solución?

- A partir de los 50 años, tenemos que procurar corregir, además de algún defecto refractivo previo, si lo hubiera, la vista cansada (presbicia). En este caso, la solución es una lente intraocular multifocal que se implanta en una cirugía de 10-15 minutos. Es fundamental, igualmente, un detallado estudio previo con biome-



## ¿POR QUÉ SE PRODUCE ESTA PATOLOGÍA?

Es una consecuencia del crecimiento de nuevos vasos sanguíneos frágiles detrás de la mácula, provocando una pérdida rápida de la visión central, generalmente, en pocos días. Es responsable del 90 % de los casos de pérdida de visión grave por esta enfermedad.

# EL FUTURO EN DEGENERACIÓN MACULAR ASOCIADA A LA EDAD YA ESTA AQUÍ

El doctor Miguel Ruiz nos habla de la forma húmeda de la DMAE, que afecta al 10% de las personas que padecen esta patología, en cuya investigación se están dando firmes pasos



Dra. Ane Pérez-Sarriegui

## Tecnología para tratar el ojo seco

El ojo seco es una enfermedad compleja y crónica que produce molestias y problemas visuales. Afecta a más del 30 % de la población y tiene un impacto sobre la calidad de vida del paciente. La patología se presenta cuando disminuye la producción de lágrima (ojo seco acuodeficiente) o cuando esta es de mala calidad y se evapora (ojo seco evaporativo).

Los pacientes suelen consultar por sensación de sequedad, arenilla o cuerpo extraño, picor, irritación, lagrimeo, cansancio ocular, sensibilidad a la luz y visión fluctuante. La clave está en el diagnóstico: saber, sobre la base de la experiencia clínica y con el apoyo de nuestros equipos diagnósticos, con qué tipo de ojo seco nos enfrentamos. Hoy, en nuestro entorno, somos el único centro con un Área Avanzada de Ojo Seco, dotada con los mejores medios diagnósticos y terapéuticos.

En Miranza Begitek disponemos de tratamientos para aliviar los síntomas y mejorar la calidad de vida de nuestros pacientes. Además del tratamiento clásico, con lágrimas artificiales sin conservantes, colirios antiinflamatorios e higiene palpebral, disponemos de nuevas terapias que han demostrado su eficacia en aquellos pacientes con ojo seco más severo o refractario al tratamiento clásico. Uno de los más empleados en la actualidad es la **Luz pulsada intensa (IPL)**, que se aplica sobre los párpados con efecto antiinflamatorio y que ayuda al drenaje de las glándulas de Meibomio. También empleamos con este fin el **Lipiflow**. En aquellos casos en los que predomina una blefaritis anterior, es eficaz el tratamiento con **Blephex**, un exfoliador palpebral que elimina las bacterias, los ácaros y la grasa de la base de las pestañas. Por último, cabe mencionar el colirio de **plasma rico en factores de crecimiento (PRGF)**, elaborado a partir de la sangre del propio paciente con cualidades regenerativas para la superficie ocular, utilizado en casos severos.

En caso de presentar alguno de los síntomas de sequedad ocular, conviene consultar con el especialista, quien, mediante pruebas específicas, podrá conocer el tipo y grado de ojo seco que presenta el paciente e indicar el tratamiento más adecuado en cada caso.

La **Degeneración Macular Asociada a Edad (DMAE)** húmeda o de evolución rápida afecta al 10 % de las personas que padecen DMAE y es responsable del 90 % de los casos de pérdida de visión grave por esta enfermedad. La patología se produce como consecuencia del crecimiento de nuevos vasos sanguíneos frágiles detrás de la mácula, provocando una pérdida rápida de la visión central, generalmente en pocos días.

En los últimos años, el manejo de estas formas húmedas de la DMAE se basa en detener el proceso mediante fármacos llamados antiangiogénicos, moléculas capaces de inhibir el crecimiento de los nuevos vasos maculares. Con una detección precoz, cuando estos neovasos no han alterado en exceso la región macular, en muchas ocasiones, es posible la estabilización y mejora de la degeneración.

El mayor problema que presentan las terapias actuales es que su eficacia, aunque sea elevada, es muy limitada en el tiempo, lo que obliga a los pacientes a seguimientos e inyecciones repetidas, en ocasiones varias veces al año, y, en algunos casos, todos los meses.

El futuro inmediato en las líneas de investigación está basado en la posibilidad de aumentar la duración en el efecto de las terapias sobre la inhibición del crecimiento de nuevos vasos. Y, de hecho, podemos decir que ese futuro ya ha llegado, puesto que en los próximos meses vamos a asistir a tres hitos que van a suponer una mejora en la calidad de vida de estos pacientes, haciendo posible espaciar las inyecciones y la frecuencia de sus visitas al oftalmólogo.

El primero de estos hitos es la disponibilidad en nuestro país de un nuevo fármaco, **el brolizumab (Beovu®)**, capaz de



inhibir los neovasos, y por tanto mantener la enfermedad estable casi el doble de tiempo que los productos actuales. Este fármaco ya puede estar accesible para casos seleccionados en nuestras clínicas.

El segundo hito es la próxima comercialización de un dispositivo-reservorio, llamado **Susvimo®**. Se trata de un enfoque terapéutico que se implanta en el globo ocular y un microreservorio en el que se inyecta el fármaco cada seis o más meses, dependiendo de la actividad de la enfermedad, y se va liberando lentamente, distanciando el tiempo entre inyecciones. En cuanto a la tercera novedad, en los próximos meses podremos disponer también de un nuevo fármaco, llamado **faricimab**, con una capacidad para 'secar' el fluido de la mácula durante el doble de tiempo que los medicamentos actuales.

Así pues, podemos abrir un futuro de esperanza respecto al control de esta enfermedad tan incapacitante, con unas opciones terapéuticas que presentarán una mayor durabilidad, lo que redundará, sin duda, en beneficio de los pacientes, no teniendo que acudir con tanta frecuencia al oftalmólogo para controlarse o recibir inyecciones intraoculares.

MIRANZA

Begitek

### Información:

#### DONOSTIA

Plaza Teresa de Calcuta, 7  
20012 Donostia  
943 32 22 33

**Horario consulta:** Lunes a viernes, de 9.00 a 20.30

#### BEASAIN

Zapatari kalea, 2  
20200 Beasain  
943 80 58 08

**Horario consulta:** Lunes a jueves, de 15.00 a 20.00 y viernes de 10.00 a 14.00

#### ZARAUTZ

Azara kalea, 17  
20800 Zarautz  
943 13 11 23

**Horario consulta:** Lunes, miércoles y viernes de 15.00 a 20.00

info.begitek@miranza.es

# MIRANZA

miranza.es

Albacete · Algeciras · Alicante · Andorra · Barcelona · Benidorm  
Bilbao · Cádiz · Jerez · Madrid · Manresa · Palma de Mallorca  
San Sebastián · Sevilla · Tenerife · Vitoria



Excelencia  
oftalmológica para  
los que buscan el  
**bienestar ocular**

**Begiko ongizatea**  
bilatzen dutenentzat  
bikaintasun  
oftalmologikoa



**Begitek**

Pl. Teresa de Calcuta, 7  
**Donostia**

T. 943 32 22 33

Zapatari kalea, 2  
**Beasain**

T. 943 80 58 08

Azara kalea, 17  
**Zarautz**

T. 943 13 11 23

Siempre a tu lado, desde nuestros  
tres centros en Gipuzkoa

Gipuzkoako gure hiru zentroetan,  
beti zure ondoan