

# CON BUENOS OJOS



## Oftalmèdic y Laserclinic, a la vanguardia en cirugía de cataratas

El Centro Ocular Oftalmèdic (Palma de Mallorca) y Laserclinic (Manacor) se adaptan al mercado al adquirir nuevas innovaciones en equipamiento tecnológico. Concretamente incorporan para la cirugía del cristalino el White Star Signature; una tecnología de vanguardia desarrollada por la casa Abbott

Medical Optics (AMO) que ha revolucionado la técnica para la extracción de cataratas en todo el mundo.

Esta plataforma incluye además un sistema de micropulsos ultrasónicos que simplifican la labor del cirujano (aumenta la capacidad de corte) al encontrarse

con cataratas muy maduras. Su utilización reduce, por tanto, los tiempos quirúrgicos, lo que supone la reducción de la inflamación postoperatoria y el tiempo de recuperación.

Oftalmèdic y Laserclinic realizan desde hace años cursos de formación orientados a una

más profunda capacitación de sus profesionales en los últimos avances y tecnologías que salen en el mercado. Fruto de este continuo esfuerzo se encuentra la confianza de miles de pacientes y soluciones médicas que buscan el bienestar y la satisfacción de cada uno de sus pacientes. **PAG. 3**



### LASERCLINIC

Ubicado en el nuevo centro de Manacor, es una clínica que agrupa múltiples especialidades. En sus más de 1.400 m<sup>2</sup> para uso asistencial encontramos todas las instalaciones que se precisan para el cuidado ambulatorio integral de su salud y la de los suyos.

CONSULTAS MÉDICAS: Alergología | Análisis Clínicos | Anestesiología | Cardiología | Cirugía General y Aparato Digestivo | Cirugía Ortopédica y Traumatología | Cirugía Plástica | Ginecología | Medicina Estética | Medicina General | Neumología | Oftalmología | Otorrinolaringología | Pediatría | Preparación al Parto | Podología | Psicología | Radiología | Reconocimientos médicos | Rehabilitación.

Manacor · Rambla Rei en Jaume I, 6 · Tel.: 971 844 844  
www.laserclinic.com



#### Sumario

#### ¿Vacuno a mi hijo?



Ante las nuevas vacunas frente al neumococo, causantes de infecciones como la otitis o la neumonía, muchos padres se preguntan cuándo deben incluir la antineumocócica en el calendario de vacunación de sus hijos. El Dr. Andrés Pérez recomienda qué hacer ante las nuevas vacunas que aparecen en el mercado.

**PAG. 5**

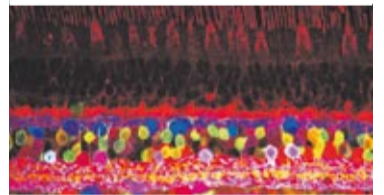
#### Fundación Barceló



Cuando la familia Barceló Oliver decidió en 1989 dar forma a sus deseos más solidarios creó la Fundación Barceló, una entidad cuyo principal objetivo es el de mejorar la vida de las personas más necesitadas de las zonas más pobres del planeta. Rafael Torra, director de la Fundación, nos habla de los proyectos médicos que actualmente desarrollan en todo el mundo.

**PAG. 10-11**

#### Unión de arte y ciencia

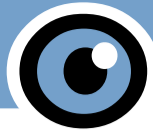


¿Qué es el arte?

La exposición "Paisajes neuronales" nos hace reflexionar sobre esta pregunta universal; una colección a caballo entre el arte y la ciencia con la que se rinde homenaje al Premio Nobel de Medicina Santiago Ramón y Cajal. Sorprendentes y bellas imágenes que, en ocasiones, recuerdan a las obras de artistas como Renoir, Miró o Picasso.

**PAG. 14**

Noticias	2
Cirugía de cataratas	3
Remodelación facial sin cirugía	4
Factores de crecimiento	6
Cinco años pensando en ti	7
Freno a las alergias oculares	8
¿Qué gafas debo elegir?	9
La importancia del estilo de vida	12
Hablando con... Paquita Tomás	13



## EDITORIAL

### Un camino juntos

Estimado lector,

Empiezo junto a vosotros una nueva andadura personal y profesional como responsable del departamento de Comunicación de **Oftalmèdic** y **Laserclinic**. Un camino que espero podamos recorrer juntos gracias a vuestros comentarios y sugerencias que siempre nos ayudarán a mejorar y que podéis hacerme llegar a través del e.mail [arosa@oftalmedic.com](mailto:arosa@oftalmedic.com)

*Con buenos ojos*, la revista que edita la Fundació Bona Llum, pretende ser una ventana abierta al mundo, una guía trimestral en la que poder consultar temas médicos que puedan ser de interés para ti, tu familia y amigos; así como otros relacionados con el arte, la cultura y diferentes acciones y proyectos sociales que se están desarrollando en todo el mundo.

La **Fundació Bona Llum** nace en 1998 con el propósito de hacer llegar

la asistencia sanitaria a todos aquellos pacientes con enfermedades visuales que carecen de recursos propios, poniendo para ello a su disposición los medios médicos y técnicos necesarios para mejorar su calidad de vida. Hasta la fecha, la Fundació ha colaborado con la Organización Mediterránea; Amics del poble saharauí; Médicos Mundi; Fundació Pro Nins; Fundación Vicente Ferrer; Fundación La Caixa y Plataforma Ciudadana Gent de Marratxi en diferentes

proyectos que se han desarrollado tanto en Mallorca como en diferentes partes del mundo.

La revista *Con buenos ojos* te permite informarte sobre tu visión. Llévate este ejemplar gratuito o consulta nuestra revista on line que encontrarás en nuestras web ([www.oftalmedic.com](http://www.oftalmedic.com); [www.laserclinic.es](http://www.laserclinic.es)), donde también podrás encontrar noticias de actualidad, consultar nuestra Bolsa de trabajo o personalizados planes

de empresas, además de conocer a todos los profesionales que trabajan para que tu visión esté día a día en las mejores manos.

Espero que os guste este cuarto número que hemos preparado entre todos con mucha dedicación y esfuerzo y siempre pensando en ti.

Un saludo,

**Ana Rosa Rivero**

**Dirección de Comunicación**

## Asegura la salud de tus ojos hasta la vejez

### Redacción

Un simple examen puede asegurar la salud de los ojos hasta la vejez ya que, según los últimos datos, un 80% de la ceguera causada por el glaucoma podría evitarse a través de la detección temprana y un tratamiento oportuno. Por esta razón, la Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda que a partir de los 35 años se realice una revisión anual de la tensión ocular.

El hecho de que el glaucoma, una enfermedad degenerativa causada por el aumento de la presión dentro del ojo (tensión ocular) no tenga síntomas, hace

de la prevención una importante herramienta para combatirla.

### ANTECEDENTES FAMILIARES

En ocasiones, el glaucoma puede afectar a varios miembros de una familia; razón por la que si se tienen antecedentes familiares es aconsejable acudir al oftalmólogo con regularidad. En cualquier caso, la OMS recomienda una revisión por lo menos cada dos años. La detección del glaucoma se realiza a través de la medición de la presión intraocular; una prueba indolora que se realiza en pocos minutos.

*Un simple examen y llevar el control médico adecuado aseguran la salud de los ojos hasta la vejez. Actualmente, la oftalmología dispone de fármacos eficaces para abordar problemas como el glaucoma o la DMAE. Según datos de la OMS, un 80% de la ceguera causada por el glaucoma podría evitarse a través de la detección temprana; razón por la que recomienda que a partir de los 35 años se realice una revisión anual de la tensión ocular*



### Más información:

#### CENTRO OCULAR OFTALMÈDIC

Clínica Juaneda  
Teléfono 971 73 00 55

#### HOSPITAL GENERAL DE MURO

Teléfono 971 89 22 44

#### LASERCLINIC MANACOR

Teléfono 971 844 844

#### CONSULTES MÈDIQUES

JUANEDA INCA  
Teléfono 971 50 77 77

#### CEM LLUCMAJOR

Teléfono 971 12 00 64

#### CENTRO MÉDICO MAPFRE

Teléfono 971 22 24 35

## El tabaco acelera el envejecimiento de la retina



Ver una mancha negra en el centro de la visión, percibir como curvas las líneas rectas (como los dinteles de las puertas o las marcas de la carretera) o notar que desaparecen letras y palabras durante la lectura son los síntomas más significativos de la degeneración macular asociada a la edad (DMAE), una enfermedad degenerativa de la retina que constituye la causa principal de ceguera en personas mayores de 50 años en el mundo desarrollado. La DMAE provoca la pérdida de la visión central y obliga a los afectados a

mirar de lado, utilizando la visión periférica.

La DMAE obedece a la degeneración de la mácula (parte central de la retina), un proceso en el que no sólo interfiere el paso de los años, sino también factores prevenibles o modificables como son el consumo de tabaco o los hábitos de alimentación pobres en antioxidantes naturales. La genética, la exposición prolongada a la luz solar, la hipertensión o tener los ojos claros son también factores de riesgo.

Es importante recalcar que el

incremento del número de casos coincide con el desarrollo de nuevos tratamientos. La oftalmología dispone actualmente de fármacos eficaces para abordar la DMAE y permiten a los afectados volver a leer o conducir.



# Oftalmèdic y Laserclinic, a la vanguardia en cirugía de cataratas

*El Centro Ocular Oftalmèdic (Palma de Mallorca) y Laserclinic (Manacor) se adaptan al mercado al adquirir nuevas innovaciones en equipamiento tecnológico. Concretamente incorporan para la cirugía del cristalino el White Star Signature; una tecnología de vanguardia desarrollada por la casa Abott Medical Optics (AMO) que ha revolucionado la técnica para la extracción de cataratas en todo el mundo*

■ Redacción

**Su utilización reduce los tiempos quirúrgicos y el tiempo de recuperación**

Oftalmèdic (Palma de Mallorca) y Laserclinic (Manacor) se adaptan al mercado al adquirir nuevas innovaciones en equipamiento tecnológico. Concretamente incorporan para la cirugía del cristalino el White Star Signature; una tecnología de vanguardia desarrollada por la casa Abott Medical Optics (AMO) que ha revolucionado la técnica para la extracción de cataratas en todo el mundo.

Esta nueva tecnología de microincisión, desarrollada por la casa Abott Medical Optics (AMO), ha revolucionado en los últimos tiempos la técnica para la extracción de cataratas, aumentando además la seguridad gracias a un innovador sistema de enfriamiento que previene la elevación de la temperatura durante el procedimiento quirúrgico sin necesidad de ampliar la incisión de 2.1 mm.

Esta plataforma incluye además un sistema de micropulsos ultrasónicos que simplifican la labor del cirujano (aumenta la

capacidad de corte) al encontrarse con cataratas muy maduras. Su utilización reduce, por tanto, los tiempos quirúrgicos, lo que supone la reducción de la inflamación postoperatoria y el tiempo de recuperación.

#### A LA ÚLTIMA EN TECNOLOGÍA

El White Star Signature se presentó en sesión clínico-quirúrgica que se realizó en el Hotel Armadams y que contó con la participación del Dr. Pascual (Hospital de Xàtiva, Comunidad Valenciana); el Dr. Luis Salvà Ladaría (Oftalmèdic/Laserclinic) y Luis Alfonso Gómez (Ulloa Óptico). En el transcurso de la sesión se impartió capacitación en la nueva tecnología y avances en el implante de Lente Multifocales a través de una pequeña incisión para la corrección de la presbicia.

Oftalmèdic y Laserclinic realizan desde hace años cursos de formación orientados a una más profunda capacitación de sus profesionales en los últi-

mos avances y tecnologías que salen en el mercado. Fruto de este continuo esfuerzo se encuentra la confianza de miles de pacientes y soluciones médicas que buscan el bienestar y la satisfacción de cada uno de sus pacientes.

#### CIRUGÍA DE CATARATAS

La cirugía de cataratas es un procedimiento para retirar el cristalino del ojo que se ha vuelto opaco (catarata) con el fin de mejorar la visión.

El cristalino normal del ojo es transparente (no tiene color ni sombra) y enfoca la luz sobre la superficie interna del ojo (retina) para crear una imagen. A medida que se desarrolla la catarata, el lente se torna más opaco y obstruye la ruta normal por donde entra la luz al ojo, oscureciendo así la visión.

El propósito de la cirugía de cataratas es, por tanto, la extracción del cristalino opaco y su reemplazo por uno artificial para reestablecer la visión clara.

#### Más información:

**CENTRO OCULAR OFTALMÈDIC**  
CLÍNICA JUANEDA  
Teléfono 971 73 00 55

**LASERCLINIC MANACOR**  
Teléfono 971 84 48 44



Izquierda -derecha empezando por arriba: Dra. Begoña Anderiz, Dra. Pilar Mulet, Dra. Cándida Real, Dr. Jeroni Berenger, Dr. Jorge García, Dr. Diego Richards, Dra. M<sup>a</sup> Luisa Montserrat.  
Izquierda- derecha empezando por abajo: Dr. Luis Salvà, Dr. Javier Montañez, Dra. Nuria Busquets.



El Dr. Pascual (Hospital de Xàtiva, Comunidad Valenciana) en un momento de su exposición



## PARA TI Y LOS TUYOS, ATENCIÓN EXCLUSIVA

seguros de salud

**BANCA MARCH**  
banqueros desde 1926

Banca March y Asisa se han unido para crear una nueva gama de seguros de salud.

Dos líderes que te ofrecen productos exclusivos adaptados a ti y a los tuyos, que van a permitirte vivir la diferencia en el cuidado de tu salud.

901 111 000  
www.bancamarch.es

Banca March distribuye seguros como operador de banca-seguros vinculado.  
Inscripción DGS y FP: OV-0040. Edición marzo 2010.

**ASISA**  
seguros médicos



## Remodelación facial sin cirugía: eliminar la flaccidez



■ Dr. Gabriel Trobat. Juaneda Beauty

*Juaneda Beauty ha incorporado un nuevo tratamiento facial gracias al cual se puede eliminar la flaccidez del rostro sin necesidad de recurrir a la cirugía. El principio activo formado por partículas de BTCP con ácido hialurónico permite prevenir la flaccidez y mejorar satisfactoriamente el aspecto visual del rostro*

La última novedad en remodelación facial es la eliminación de la flaccidez con un relleno formado por partículas de BTCP (trifosfato cálcico) con ácido hialurónico de baja reticulación. Ambos productos son biocompatibles y reabsorbibles, con un perfil clínico y de seguridad comprobado.

Este nuevo tratamiento previene la flaccidez si es poca y, si es mayor, la trata, mejorando satisfactoriamente el aspecto visual del rostro.

La aplicación se realiza en dos sesiones espaciadas por un mes o un mes y medio, debiendo repetir al cabo de un año. En un primer momento ya se nota la mejoría gracias al efecto tensor y rehidratante del ácido hialurónico para que, posteriormente, pasado un periodo de 6 a 8 sema-

nas, haya una segunda sesión con la cual a través del efecto de las partículas de BTCP se produzca una estimulación tisular de los fibroblastos que provocan una síntesis de colágeno que a su vez ayuda a la redensificación de la dermis, actuando de forma progresiva y duradera durante 12 meses.

El tratamiento se aplica con inyecciones intradérmicas en la hipodermis superficial, normalmente sin anestesia, pero pudiendo usarse una tópica o frío local.

Su efecto consiste en tensar el óvulo facial y la antiestética papada que se nos produce con la caída de la grasa medio-facial hacia el borde mandibular, haciendo que el rostro se afine en su tercio medio (pómulos) y se ensanche en el inferior (óvalo facial), produ-

ciendo un signo evidente de envejecimiento del rostro.

Las zonas de infiltración son el cuello, la línea mandibular, la zona preauricular, el pómulo superior y la barbilla. El efecto es absolutamente natural, sin dar volumen y sin cambiar la expresión. Al redensificar la piel se aporta la luminosidad y la vitalidad perdidas con la edad.

#### Más información:

**JUANEDA BEAUTY**  
Consultes Mèdiques Juaneda Inca  
Teléfono 971 50 77 77

**CLÍNICA JUANEDA**  
Teléfono 971 22 19 22  
[www.clinicajuaneda.es](http://www.clinicajuaneda.es)

**LASERCLINIC MANACOR**  
Teléfono 971 84 61 68  
[www.laserclinic.es](http://www.laserclinic.es)



# ¿Cuándo debo vacunar a mi hijo?



■ Dr. Andrés Pérez. Pediatra LaserClinic

*Este año se comercializarán dos nuevas vacunas frente al neumococo, la bacteria responsable de la mayoría de las otitis, neumonías y los casos más graves de meningitis en la infancia. Las infecciones neumocócicas son más frecuentes en los niños menores de 2 años, en particular los que asisten a guardería. Las vacunas frente al neumococo son muy seguras, eficaces y pueden administrarse combinadas con las otras vacunas del calendario infantil*

El neumococo es una bacteria que puede causar infecciones no invasoras como la otitis media o infecciones invasoras graves como meningitis, bacteriemia o neumonía. Aunque este microorganismo puede afectar a cualquier niño sano, el grupo con mayor riesgo de sufrir infecciones neumocócicas son los menores de 2 años, en especial aquellos que asisten a guardería. Las infecciones neumocócicas también son más frecuentes en niños mayores con ciertas enfermedades crónicas como cáncer, diabetes, enfermedades crónicas cardiopulmonares e inmunodeficiencias.

## ENFERMEDADES ASOCIADAS

El neumococo puede producir meningitis que consiste en la inflamación de las membranas que envuelven la médula espinal y el cerebro. Actualmente, esta bacteria es la segunda causa de meningitis en nuestro país. Además, merece la pena señalar que la meningitis neumocócica es la más grave de las meningitis, no sólo por la mayor mortalidad, en comparación con las producidas por otras bacterias, sino también por las frecuentes secuelas en los pacientes que sobreviven, en especial la sordera. El neumococo es la causa más frecuente de neumonía que es la infección del tejido pulmonar. En los últimos años asistimos

a un aumento preocupante de formas graves de neumonía neumocócica en la infancia; es decir, aquellas complicadas con derrame pleural o líquido en la pleura. Otro cuadro invasivo potencialmente grave es la bacteriemia sin foco que es cuando el germen está sólo en la sangre sin invadir otros tejidos como el pulmón o las meninges. En este caso los pacientes presentan típicamente fiebre muy alta sin otro síntoma asociado ni ningún otro hallazgo destacable en la exploración física. Finalmente, el neumococo produce otras infecciones no tan graves, llamadas no invasivas. El paradigma de estas infecciones es la otitis media aguda, problema de salud pública en la población pediátrica en todo el mundo, no sólo por su frecuencia, sino por la especial propensión y difícil manejo en muchos pacientes.

## LA IMPORTANCIA DE LA PREVENCIÓN

De lo expuesto anteriormente no cabe la menor duda de que la prevención de las infecciones neumocócicas a través de vacunas es una necesidad imperiosa para cualquier país. En el año 2000 apareció la primera vacuna neumocócica conjugada comercializada con el nombre de Prevenar®. Aunque esta vacuna solamente protege contra las infecciones producidas por 7 de los 90 serotipos de



neumococos descritos, estos son responsables de más del 80% las infecciones neumocócicas en niños pequeños. De hecho, la repercusión sanitaria del Prevenar® sobre las infecciones neumocócicas, especialmente la meningitis, ha sido sorprendente, observándose una reducción drástica del número de casos causados por los 7 serotipos incluidos en su formulación en los países donde ha sido incluida entre las vacunas rutinarias en la infancia.

## NUEVAS PERSPECTIVAS EN LA VACUNACIÓN

GlaxoSmithKline ha comercializado recientemente una nueva vacuna neumocócica con el

nombre de Synflorix®. Esta vacuna está conformada por 10 serotipos; es decir, ofrece protección frente a 3 serotipos no incluidos en Prevenar® (1, 5 y 7F), lo cual permitiría prevenir un mayor número de infecciones. Resulta esperanzador el potencial impacto de esta vacuna sobre las neumonías graves en niños mayores de 2 años, ya que en los últimos años se ha observado que gran parte de ellas son producidas por los serotipos 1, 5 y 7F. Por otra parte, esta primavera llegará a España la nueva vacuna neumocócica de Pfizer con el nombre de Prevenar 13®. En ella, además de los serotipos 1, 5 y 7F, se incorporan el 6A y el 19A, los cuales han emergido

recientemente como principales causas de infecciones neumocócicas graves en varias partes del mundo, incluyendo nuestro país. Finalmente, se debe destacar que estas nuevas vacunas han demostrado en diversos ensayos clínicos precomercialización ser muy seguras y poderse administrar con otras vacunas del calendario infantil.

El Dr. Andrés Pérez ha publicado varios estudios en revistas internacionales de gran prestigio.

## Más información:

LASERCLINIC MANACOR  
Teléfono 971 84 48 44



## TU LOOK MARCA

Primeras marcas de gafas con lentes orgánicas antirreflejantes y reducidas

por sólo **180€**

UlloaOptico

San Miguel, 46.  
Palma de Mallorca  
Telf.: 971 72 12 22

www.ulloaoptico.es

Maximiliano Durillo

GUESS

PURIFICACION GARCIA

REPLAY

TOMMY HILFINGER

paco rabonne

ARMAHO BASI

GANT



# Factores de crecimiento en cirugía ortopédica y traumatología



■ **Dra. Cinta Escuder Capafons.**

Especialista en Cirugía Ortopédica y Traumatología.  
Coordinadora MÉDICA de CENTRE COT MANACOR.  
Jefe Clínico del Hospital de Manacor

## ¿Qué son los factores de crecimiento?

**Dra. Escuder:** Los factores de crecimiento son mediadores biológicos que se encuentran en el interior de las plaquetas (células sanguíneas encargadas de la coagulación de la sangre) y se encargan de regular todos los acontecimientos de reparación de los tejidos.

## ¿Cómo actúan los factores de crecimiento?

**Dra. Escuder:** Los factores de crecimiento son unas señales que se emiten de una célula a otra para indicar que se ha producido una lesión en una determinada zona y que se deben iniciar todos los procesos encaminados a reparar dicha lesión.

## ¿Cómo se obtienen los factores de crecimiento?

**Dra. Escuder:** La técnica consiste en la extracción de una pequeña cantidad de sangre (como si fuera un análisis). Posteriormente, esta sangre se centrifuga y se obtiene la separación en sus diferentes componentes: glóbulos rojos o hematíes, glóbulos blancos o leucocitos y plasma. Dentro de la fracción correspondiente al plasma se encuentran las plaquetas y, por tanto, los factores de crecimiento. El traumatólogo selecciona la fracción con mayor concentración de plaquetas y realiza la infiltración en la zona dolorosa, poniéndose así en marcha todos los me-

canismos de reparación de los tejidos.

## ¿Para qué sirven los factores de crecimiento?

**Dra. Escuder:** Los factores de crecimiento sirven para reparar cualquier lesión que se haya producido en el organismo, ya sea aguda o crónica.

En Cirugía Ortopédica y Traumatología los podemos utilizar para acelerar la cicatrización de las heridas, para el tratamiento de las tendinitis (tendinitis del manguito rotador del hombro, epicondilitis, epitrocleitis, tendinitis de Aquiles, etc), para mejorar el dolor y disminuir la progresión de la artrosis, (sobre todo en la artrosis de rodilla), para acelerar el proceso de integración ósea en las diferentes cirugías en las que se utilizan injertos óseos, para reparar lesiones musculares (lesiones deportivas muy frecuentes), en el tratamiento de las fascitis plantares (productoras del conocido espolón calcáneo) y en el tratamiento de las bursitis (por ejemplo, a nivel de las caderas).

## ¿Es complicado realizar el tratamiento con factores de crecimiento?

**Dra. Escuder:** En absoluto. El tratamiento se realiza en una sesión que dura aproximadamente 15 minutos. Primero se extrae la sangre, no hace falta ayuno previo, se centrifuga (8-10 minutos) y se inyecta en la zona dolorosa.

*El uso de factores de crecimiento en la regeneración de los tejidos se está empleando en diferentes campos de la medicina. Los beneficios de esta terapia en Cirugía Ortopédica y Traumatología incluyen la regeneración ósea y la rápida cicatrización de los tejidos. Otro aspecto importante es que es un tratamiento que evita las reacciones alérgicas y transmisión de enfermedades al obtenerse de la sangre del paciente*

El paciente después de la infiltración puede hacer una vida normal. En determinadas localizaciones muy sensibles, como el pie, se puede producir un aumento del dolor, de forma temporal (4-6 horas).

## ¿Cuándo se empieza a notar el efecto?

**Dra. Escuder:** El efecto de este tratamiento no es inmediato. Tras la infiltración se inician los procesos de reparación, que pueden durar unas 6-8 semanas. Por tanto, la mejoría del dolor es lenta y progresiva y no se pueden valorar los resultados hasta que hayan transcurrido aproximadamente dos meses.

## ¿Cuánto dura el efecto?

**Dra. Escuder:** El tratamiento con factores de crecimiento va encaminado a curar una lesión. De-

pendará del tiempo de evolución de la patología (aguda o crónica), que la curación se produzca o no a los dos meses. Si transcurrido este tiempo no se ha solucionado completamente el problema, se realizará una segunda infiltración y así sucesivamente.

## ¿Cuántas infiltraciones se pueden poner?

**Dra. Escuder:** No hay un número ni mínimo, ni máximo de infiltraciones a realizar; ya que se trata de un producto del propio organismo. Por tanto, se realizará el procedimiento tantas veces como sea necesario.

Además, hay que tener en cuenta que muchas veces las lesiones que se tratan con este procedimiento son lesiones relacionadas con actividades repetitivas tanto de la vida diaria, como laboral o

deportiva; por tanto, si se siguen realizando las mismas actividades es posible que, con el paso del tiempo, se vuelva a reproducir la lesión.

## COMO CONCLUSIÓN...

El tratamiento con factores de crecimiento es un tratamiento mínimamente agresivo (si lo comparamos con la cirugía), con poco riesgo de complicaciones, de fácil realización y que resulta útil en muchos procesos patológicos del aparato locomotor.

## Más información:

**CENTRE COT MANACOR**  
Edificio LaserClinic  
Rambla Rei Jaume, 6A - 3ªA  
07500 Manacor  
Teléfono 971 55 18 72

CENTRE  
**COT**  
MANACOR

ESPECIALISTES EN  
CIRURGIA ORTOPÈDICA  
I TRAUMATOLOGIA

Dr. W. Brill Kremer  
Dr. A. Corral Munar  
Dr. I. de Miguel Herrero  
Dr. C. Diago Guiral

Dra. M.C. Escuder Capafons  
Dr. I. Marimón Juan  
Dr. G. Mateos Jiménez  
Dr. M. Rius Dalmau

TRAUMATOLOGIA INFANTIL  
CIRUGIA DE RODILLA, CADERA, COLUMNA, HOMBRO, MANO Y PIE  
TERAPIAS BIOLÓGICAS.

TODOS LOS SEGUROS PRIVADOS, PACIENTES PRIVADOS  
INFORMES DE VALORACIÓN DAÑO CORPORAL

**LASERCLINIC**

Rambla Rei en Jaume, 6A - 3rA

07500 Manacor

info@cotmanacor.com

CITA PREVIA

971 55 18 72



# Laserclinic, cinco años pensando en ti

*Laserclinic, la clínica en Manacor, cumple cinco años y sigue creciendo junto a sus pacientes y ampliando su cartera de servicios. Con un cuadro médico que supera los cincuenta profesionales y más de veinte especialidades médicas, la clínica ofrece en sus más de 1.400 metros cuadrados repartidos en cuatro modernas plantas todas las instalaciones médicas que se precisan para el cuidado integral de la salud. Porque en Laserclinic quieren cuidar de ti y de tu familia, cuentan desde su creación con un servicio de Urgencias de lunes a viernes desde las 09.00 a 18.00 horas.*



## Redacción

Laserclinic (Rambla Rei Jaume I nº6) lleva cinco años trabajando por tu salud en Manacor. Un lustro de trabajo profesional en el que Laserclinic ha crecido junto a todos sus pacientes. Mayor experiencia y servicios médicos con un único objetivo: dar de manera individualizada los mejores cuidados, siempre asociados a las nuevas innovaciones médicas. En Laserclinic queremos cuidar de ti y de tu familia; por este motivo, el centro clínico cuenta desde su creación con un servicio de Urgencias de lunes a viernes desde las 09.00 a 18.00 horas.

Laserclinic está formado por un equipo médico y sanitario de más de cincuenta personas especializados en diferentes especialidades médicas y que actualmente trabajan con todas las compañías de seguros. Dentro de Laserclinic las especialidades más frecuentadas son:

### CENTRO OFTALMOLÓGICO

Centro Ocular oftalmológico pone

a su disposición en Laserclinic a los mejores profesionales, con el fin de resolver con el máximo rigor sus problemas visuales. La filosofía de la clínica garantiza los máximos estándares de calidad asistencial, promoviendo una atención personalizada en la cual cada oftalmólogo conoce a su paciente.

### CHEQUEOS MÉDICOS

En Laserclinic se realizan reconocimientos médicos para permisos de conducción, licencia de armas y de animales peligrosos, entre otros chequeos médicos. Como novedad en 2010, se ha incorporado a la cartera de servicios de la clínica el reconocimiento médico necesario para obtener el título de patrón de embarcaciones.

En sus más de 1.400m<sup>2</sup>, Laserclinic dispone de todas las instalaciones médicas que se precisan para el cuidado integral de la salud (exceptuando hospitalización). En sus cuatro plantas, se encuentran las consultas mé-

dicas para especialistas; salas de exploraciones equipadas con moderna instalaciones médicas, quirófano y antequirófano, gimnasio para rehabilitación, salas de espera y recepción, entre otras.

### REHABILITACIÓN

En un espacio superior a los 250 metros cuadrados se reúnen todas las técnicas y equipos necesarios para garantizar

la rehabilitación de nuestros pacientes. Espalderas, literas, láser, magnetoterapia, "tens" para la electroestimulación, permiten a nuestro equipo de rehabilitación ofrecer los mejores tratamientos para cada paciente.

El centro dispone además de servicio de radiología de lunes a viernes en el que se realizan radiología convencional y mamografías.



### Más información:

**LASERCLINIC MANACOR**  
Teléfono 971 84 48 44

## GUÍA 2010 CONSULTAS MÉDICAS

### ANÁLISIS CLÍNICOS

Dr. Rafael Calafell Clar  
Dr. Juan García Truyols

### ANESTESIOLOGÍA

Dra. Dorothea Elzbieta Garstecka  
Dra. Irene Haugen Geb Rovers  
Dr. Reinhardt Gerog Maschitzki

### CARDIOLOGÍA

Dr. Bernardo García de la Villa Redondo  
Dr. Onofre Caldes Llull

### CIRUGÍA GENERAL

Dr. Carlos Ruiz Lozano  
Dr. Juan Carlos Marin

### CIRUGÍA ORTOPÉDICA Y TRAUMATOLOGÍA

Dr. Werner Brill Kremer  
Dr. Antonio Corral Munar  
Dr. Carles Diago Guiral  
Dra. M<sup>a</sup> Cinta Escuder Capafons  
Dr. Isidre Marimón Juan  
Dr. Guillermo Mateos Jiménez  
Dr. Miquel Rius Dalmau  
Dr. De Miquel Herrero

### CIRUGÍA PLÁSTICA

Dr. Iñigo Cerdá Dezcallar

### DERMATOLOGÍA

Dr. José Luis Ramis Vidal

### DIGESTIVO

Dr. Andrés Sansó Sureda

### FISIOTERAPIA – REHABILITACIÓN

Neus Bonet Estrany (Fisioterapeuta)  
María Mesquida Gomila (Fisioterapeuta)

### GINECOLOGÍA Y OBSTETRICIA

Dr. Gerardo de Kessesru  
Dr. Fco Javier Marqueta Sobrino  
Dr. Martín Mascaró Sastre  
Dr. Antonio Roses Pou  
Dra. Margarita Torres Vives  
Dr. Francisco Javier Agüera Ortiz  
Dra. Magdalena Santandreu Torres  
Dr. Albert Tubau Navarra  
Dr. Catalina Roig Julia

### MEDICINA ESTÉTICA

Dr. Biel Trobat  
Dr. María Angeles Arenas  
Dr. Francisca Sastre

### URGENCIAS MÉDICAS, MEDICINA GENERAL Y RECONOCIMIENTOS CONDUCTORES

De 9 a 18h  
Dra. Eusebia Rosa Bayer Úbeda

### NEUMOLOGÍA

Dr. David Blanquer Escribano

### OFTALMOLOGÍA

Dr. Diego Richards  
Dr. Javier García García  
Dr. Gabriel Ramis Arrom  
Dr. Luis Herrero Castillo  
Dra. Cristina Bofill Surribas  
Dr. Rami Borghol Kassar  
Dr. Manuel de Timoteo Barranco  
Dr. Luis Salvá Ladaria

### OPTOMETRISTA

María Ángeles Pellicer Alcaraz

### OTORRINOLARINGOLOGÍA

Dr. Javier García Rodríguez

### PEDIATRÍA

Dr. Andrés Ricardo Pérez Alcaraz

### PODOLOGÍA

Vicente Morales Carbonero

### PREPARACIÓN AL PARTO

Margarita Alomar Castell

### PSICOLOGÍA

Claudia Raquel Alberto Fermanelli

### RADIOLOGÍA

Dr. José Ramón García Abril  
Antonio Ramis Lluch  
Dr. José M<sup>a</sup> Susacasa Candreva



# Freno a las alergias oculares

*El Servicio de Alergia e Inmunología del Hospital Universitario Austral (HUA) estima que las personas afectadas de congestión en la nariz, tos y estornudos podrían llegar a incrementarse en un 60% a partir de 2015. En Baleares, cerca de un 25% de la población padece algún tipo de alergia ocular. La oftalmóloga María Luisa Monserrat Figueroa nos da pautas para detectar y tratar las alergias oculares*



■ Dra. MªLuisa Monserrat. Oftalmóloga

## ¿Qué produce la alergia ocular?

**Dra. Monserrat:** La alergia se produce como consecuencia de una respuesta exagerada a un alérgeno (polen, pelo de animales, polvo etc.). Entre los síntomas más frecuentes se encuentra el picor, ardor, lagrimeo o sensación de arenilla.

## ¿Qué se entiende por conjuntivitis alérgica o primaveral?

**Dra. Monserrat:** Es una inflamación de la conjuntiva, es decir, de la capa más superficial del ojo, que actualmente afecta a un 25% de la población. Puede presentarse sola o asociada a otras enfermedades alérgicas, fundamentalmente rinitis.

## ¿Cuáles son las sustancias que las provocan?

**Dra. Monserrat:** El medio ambiente, ya sea en el campo o la ciudad, contiene una gran cantidad de desencadenantes

alérgicos. El polen de algunas plantas (gramíneas y parietarias) suele ser la principal causa de las alergias oculares. Entre otras sustancias se encuentra el polvo doméstico (ácaros) o epitelio de los animales domésticos (perros y gatos).

## ¿La alergia es hereditaria?

**Dra. Monserrat:** La tendencia a desarrollar alergias suele tener una base hereditaria. De todas formas, esto no significa que todos los descendientes tengan que padecerlas.

## Una vez detectada la alergia, ¿qué pasos hay que seguir?

**Dra. Monserrat:** Lo más recomendable es acudir al oftalmólogo, pues no todos los casos revisten de la misma intensidad, por lo que variará su tratamiento. Los antihistamínicos, tanto orales como tópicos, lágrimas artificiales, antiinflamatorios

no esteroideos (AINES), estabilizadores de los mastocitos (cromoglicato), compresas frías son algunos de los métodos que se utilizan para paliar sus síntomas. Sólo en las situaciones más intensas, será necesario recurrir al uso de los corticoides.

## ¿Qué se puede hacer para evitar los síntomas?

**Dra. Monserrat:** Lo más sensato es no exponerse a los alérgenos, si los conocemos. Para ello, es recomendable acudir a un alergólogo para hacerse unas sencillas pruebas de alergia.

## ¿Qué estaciones del año son las peores?

**Dra. Monserrat:** Generalmente, en el periodo primaveral repuntan aquellas alergias que están relacionadas con el polen de los árboles. En verano, aquellas asociadas al polen de hier-

bas y flores. En caso de que el alérgeno (entiéndase el pelo de animales) ocurrirá al estar en contacto con él; por lo que la alergia asociada no estará relacionada con la estación del año en la que nos encontremos.

## LA ALERGIA Y EL CLIMA

### Viento:

Levanta polvillo y arrastra pólenes y hongos, lo cual aumenta las reacciones alérgicas. El polen afecta a la nariz, los ojos y los pulmones. Las personas que padecen rinitis o "fiebre del heno" son las que más sufren cuando el clima es seco y ventoso.

### Lluvia:

La lluvia fuerte puede calmar a algunos alérgicos porque reduce el polen en el aire. Por otra parte, la humedad dispara el crecimiento del pasto y la maleza, lo cual se traduce en un posterior aumento del polen. Un otoño lluvioso puede dar lugar a una Primavera con más polen en el aire.

### Calor:

Un invierno templado puede provocar un adelantamiento de la polinización de las plantas y, por ende, de las alergias. El clima cálido de la Primavera también incrementa el polen en el aire.

### Humedad:

La humedad ambiental estimula la reproducción de los hongos y de los ácaros, cuyo cuerpo está constituido por un 90% de agua.

### Más información:

**CENTRO OCULAR OFTALMÈDIC**  
Clínica Juaneda  
Teléfono 971 73 00 55

**CONSULTA DE ALERGOLÒGIA**  
Laserclínic - Manacor  
Teléfono 971 84 48 44

# ¿Qué gafas debo elegir?

Con la llegada del buen tiempo aparecen las gafas de sol como un complemento de moda indispensable. Además de su papel estético, no debemos olvidar su importancia para nuestra salud, ya que protegen nuestros ojos frente a las enfermedades, reducen la fatiga ocular y mejoran la percepción visual. A la hora de elegir las gafas es importante tener en cuenta la intensidad de la radiación solar, los filtros que más se adaptan a la luz y los estándares básicos de calidad.



■ Luis Alfonso Gómez Escudero.  
Ulloa Óptico

Elegir las gafas de sol que mejor se adaptan a nuestras necesidades es un elemento más para lograr nuestro bienestar; los centros de visión se llenan de personas que, además de buscar un producto estético, quieren proteger sus ojos de la radiación solar. Para ellos, y para todos aquellos que se puedan hacer esta pregunta, estos breves comentarios que espero sirvan como guía útil.

## INTENSIDAD DE LA RADIACIÓN

Para una adecuada elección de las gafas de sol es necesario tener en cuenta los diferentes tipos de radiación solar: visible, ultravioleta e infrarroja. Hay que proteger los ojos, del mismo modo que protegemos la piel.

### ¿De qué depende su intensidad?

Esta es, sin duda, una de las cuestiones claves a la hora de plantearse la protección. La intensidad de la radiación ultravioleta que llega a la Tierra depende de la hora del día, de la época del año, de la latitud (es más intensa en el Ecuador y Trópicos), de la altura (aumenta con ella), del espesor de la capa de Ozono, del clima (en un día nublado se recibe en general menor cantidad de radiación que en un día soleado), de la contaminación atmosférica (a mayor contaminación, menor radiación), del horizonte (a más amplios horizontes corresponde mayor radiación) y del denominado "albedo" o capacidad reflexiva de la superficie.

Son, por ello, los habitantes de zonas costeras y montañosas los que tienen un mayor riesgo de padecer alteraciones oculares, como conjuntivitis, queratitis, pinguécula, pterigion, cataratas, retinopatías...

## TIPOS DE FILTROS SOLARES

DEPENDIENDO DEL FACTOR DE ABSORCIÓN DE LUZ, EXISTEN CINCO TIPOS.

**Factor 0.** Lentes claras, con un % de absorción de 0 a 20%, para días nublados y de poca luminosidad.

**Factor 1.** Lentes ligeramente coloreadas, con un 20 a 57% de absorción, ideales para días de luminosidad media.

**Factor 2.** Lentes medianamente coloreadas, con un 57 a 82% de absorción, apropiados para días soleados.

**Factor 3.** Lentes fuertemente coloreadas, con un 82 a 92% de absorción, para días muy soleados, una propuesta que en Mallorca suele ser la más habitual.

**Factor 4.** Lentes muy oscuras, con un 92 a 97 % de absorción, cuya utilización no es apta para la conducción. Pero además, existen otros tipos de lentes que se ajustan a cada necesidad.

**Filtros de corte selectivo.** Lentes que absorben longitudes de onda corta (ultravioletas). La principal diferencia de estos filtros con las lentes de sol convencionales es que protegen del sol y de la luz intensa sin disminuir la visión. Aportan mayor protección frente al sol, y previenen patologías oculares relacionadas con la luz solar.

**Lentes polarizados.** Eliminan brillos y reflejos, mejorando el contraste, resaltando los colores. Proporcionan una visión nítida y confortable. Están recomendados para la conducción y realizar deportes acuáticos.

**Lentes fotocromáticas.** Lentes que adaptan su nivel de absorción a la cantidad de luz visible que reciben. Lentes que combinan el filtro polarizado y fotocromático. Estas lentes son válidas tanto para días nublados, como para los días soleados.

**Tratamiento antirreflejante.** Es un tratamiento que evita los reflejos del Sol cuando incide por la parte posterior de las gafas.

**Lentes de mayor curvatura.** Son lentes que se adaptan a la estructura de la cara con el fin de reducir los rayos laterales y traseros, proteger del polvo y proporcionar una visión panorámica.

**Lentes de sol graduadas.** Todos los tipos de lentes descritos anteriormente se pueden graduar, tanto en lentes monofocales, bifocales como progresivos. Es importante que las personas que padezcan miopía, hipermetropía o astigmatismo, usen gafas de sol con la corrección visual adecuada, también se pueden utilizar Lentes de Contacto con unas gafas de sol sin graduar.



## ESTÁNDARES DE CALIDAD

Una de cada tres gafas de sol vendidas en España no supera los controles sanitarios necesarios. Las gafas de sol que se venden tanto en puestos ambulantes como en establecimientos no cualificados pueden llegar a tener defectos ópticos e irregularidades que perjudican a las estructuras oculares.

Además, las gafas de sol sin homologar sólo filtran la luz visible, pero no la luz Ultravioleta, de manera que "engañan" al ojo haciendo que la pupila se dilate más al detectar menos cantidad de luz debido al cristal oscuro (no cumple el standard de calidad de una lente oftálmica). Esto produce que entre en el ojo mayor cantidad de luz perjudicial, por lo que se aumenta de manera importante el riesgo de las lesiones oculares que hemos descrito; una lente oscura, no testada, no garantiza la protección de los rayos UV. Por eso es importante que un especialista de la visión le recomiende a la hora de adquirir sus gafas de sol. Además, las lentes de mala calidad pueden producir mareos, visión doble, cefaleas y otros síntomas no deseados.

## RECOMENDACIONES PARA UNA MIRADA SALUDABLE

Antes de adquirir unas gafas debería seguir las siguientes recomendaciones:

El más importante, comprar sus gafas en un centro óptico, las lentes son un producto sanitario, y sólo en el canal óptico están

asegurados los estándares de calidad.

**1.** Prestar atención a la marca "CE" como estándar mínimo de calidad.

**2.** Exigir que las lentes tengan filtros para la radiación UVA. Todos los filtros empleados en la fabricación de lentes de sol deben absorber las radiaciones por debajo de los 400 nm.

**3.** Es recomendable que la gafa tenga la mayor protección lateral posible.

**4.** En el caso de ser miope, hipermetrópe o astigmata, poner atención a la compensación óptica de las lentes al adquirir gafas de sol graduadas.

**5.** Las gafas de sol no están fabricadas para proteger las estructuras oculares en la observación directa de los eclipses solares o para broncearse con rayos UVA.

**6.** No importa su color, pero son aconsejables el gris o el marrón

**7.** La gafa de sol con la graduación adecuada es recomendable para cualquier época del año en la que disfrutemos de actividades en el exterior.

**8.** Los colores amarillos están indicados para mejorar la visión en condiciones de baja luminosidad.

**9.** Consulte con su óptico-optometrista cual es la gafa más adecuada para usted.

### Más información:

ULLOA ÓPTICO  
Teléfono 971 72 12 22  
www.ulloaoptico.com



# Fundación Barceló, ayuda médica en todo el mundo

**Entrevista a Rafael Torra**, director de la Fundación Barceló y miembro de la Junta Directiva de la Asociación Española de Fundaciones

*Cuando la familia Barceló Oliver decidió en 1989 dar forma a sus deseos más solidarios creó la Fundación Barceló, una entidad cuyo principal objetivo es el de mejorar la vida de las personas más necesitadas de las zonas más pobres del planeta. El director de esta Fundación mallorquina con amplia proyección internacional, Rafael Torra (Barcelona), habla Con Buenos ojos (Fundació Bona Llum) acerca de los proyectos médicos enmarcados dentro del Programa propio de Ayuda Médica Internacional (AMI) y que actualmente desarrollan en distintos países del mundo*



En las imágenes: Proyecto "Niños Buzo" en República Dominicana. Rafael Torra, director de la Fundación Barceló, con la hija de una beneficiaria en Costa de Marfil. En la página siguiente: Varios beneficiarios de una Clínica móvil en Turkana, al norte de Kenia.

■ Por Ana Rosa Rivero

**Rafael Torra, licenciado en Filología Clásica por la Universidad Autónoma de Barcelona y MBA del IESE dirige desde 2006 la Fundación Barceló.**

**¿Qué supone para usted dirigir esta prestigiosa entidad?**

**Rafael Torra:** Para mí es una enorme satisfacción poder trabajar ayudando a personas realmente necesitadas a través de la cooperación internacional. Con este firme propósito trabajamos desde la Fundación Barceló en más de 20 Países diferentes en zonas de África Subsahariana, Caribe, Centroamérica y Sudamérica, además de algunas actuaciones concretas en España.

**¿Cuál es el "leitmotiv" de la Fundación?**

**Rafael Torra:** Hace poco más de dos años llevamos a cabo una redefinición de la misión de la Fundación y se determinó que

se ayudaría al desarrollo humano de los países que se encontrarán por debajo del número 100 según el Índice de Desarrollo Humano (IDH) que publica anualmente la ONU, fundamentalmente mediante actuaciones en las áreas de Educación, Salud, Cooperación al Desarrollo Económico y Vivienda.

**¿Podría señalar cuáles son sus principales objetivos a la hora de desarrollar sus proyectos de cooperación?**

**Rafael Torra:** La Fundación trata de proporcionar dignidad a los pueblos más deprimidos a través de actuaciones concretas en salud, educación, fomento del microcrédito y vivienda. Para ello, la Fundación se alía con socios locales de confianza que llevan a cabo los Proyectos sobre el terreno.

En el campo de la Salud, des-

tajaría el Programa AMI (Ayuda Médica Internacional), desde el cual se trabaja con centros de salud de diferentes países, tanto de Centroamérica y Caribe como del África Subsahariana. Un programa propio que no sería posible sin la colaboración y el trabajo de los profesionales sanitarios que trabajan, de forma temporal o permanente, en estas zonas, asistiendo a la población y formando en las distintas especialidades médicas a los médicos y personal sanitario local.

**¿Cuáles son los resultados del programa AMI?**

**Rafael Torra:** Desde su puesta en marcha en 1995 en la República Dominicana, más de medio millón de personas se han beneficiado del acceso a atención médica gratuita. Asimismo, la Institución ofrece la posibilidad de trasladar a Es-

paña a pacientes con dolencias de gravedad y escasos recursos económicos que no pueden ser intervenidos en su país de origen por motivos médicos y/o económicos. Para ello, se cuenta con la colaboración de diversos centros hospitalarios españoles.

**¿Cuáles son los objetivos de este programa internacional?**

**Rafael Torra:** Los objetivos son varios y entre ellos se encuentra:

- Acercar a la población más necesitada y de escasos recursos económicos a una mejor asistencia sanitaria y administrar gratuitamente los medicamentos necesarios para el tratamiento de las diferentes enfermedades.

- Aportar equipamiento médico a las instalaciones de los centros sanitarios donde se colabora, tanto con aportacio-

nes directas de la Fundación como a través de donaciones de terceros.

- Mantener y mejorar las infraestructuras de los centros y puestos rurales de salud ubicados en zonas especialmente poco asistidas por los servicios de salud públicos locales.

- Desarrollar una actividad docente dirigida por los diferentes profesionales sanitarios del Programa AMI, mediante clases, reuniones y sesiones clínicas dirigidas al personal médico local, facilitando a éstos últimos una mejor formación profesional, técnica y humana.

SI QUIERES COLABORAR:

FUNDACIÓ BARCELÓ  
Teléfono 971 72 24 67  
www.fundacionbarcelo.org



## HOJA DE RUTA | COOPERACIÓN INTERNACIONAL

Los proyectos médicos de la Fundación Barceló se desarrollan tanto en Baleares como en diferentes partes del mundo, sobre todo en los países englobados en el Tercer Mundo. Con Buenos Ojos traza una breve hoja de ruta para recorrer las principales iniciativas solidarias que actualmente desarrollan en diferentes rincones del planeta.

### HONDURAS

En este país la Fundación Barceló colabora en el sostenimiento de la Clínica Campocielo a través principalmente del trabajo del Dr. Danilo Castillo. Su labor se centra en zonas de escasos recursos económicos de Tegucigalpa y con mayoría de población indígena. Asimismo, la Fundación atiende distintos centros y puestos de salud de la zona de Lepaterique, como Calguaque, La Estancia, Las Tablas y Mulhuaca.

### NICARAGUA

En Nicaragua, el médico estomatólogo Dr. Visuerte dedica cada año un período a la atención de la población de las zonas rurales del departamento de Managua mediante asistencias bucodentales, talleres de higiene dental para colegios, formación a los trabajadores de los distintos Centros de Salud, así como la distribución gratuita de material de gran utilidad para la continuidad de la actividad asistencial.

También en Nicaragua, el técnico de laboratorio Gonzalo Barreiro se desplaza anualmente durante cerca de tres meses para llevar a cabo su labor tanto asistencial como formativa en los Centros de Salud de San Rafael del Sur, Masachapa, El Crucero, Dispensario de Cristo Obrero y diferentes puestos de salud como San Cristóbal, San Pablo, Loma Alegre y San Cayetano. A todos ellos les dona cada año gran cantidad de material sanitario, instrumental, medicinas y bibliografía.

### REPÚBLICA DOMINICANA

El oftalmólogo Dr. Calvo lleva más de diez años colaborando de forma permanente con la Fundación, desempeñando su labor en República Dominicana y otros países como Nicaragua, Honduras y Guatemala. En Dominicana destaca su atención en los hospitales de El Seibo, Higüey, Nisibon y Yuma, así como en los puestos de salud de Santana, Boca Yuma, La Enea, El Berón, El Bonaio y Otra Banda. Gran parte de su labor se centra en la atención a la gente de los bateys, como Kini-Kini, Campo Nuevo, El Romanito, San Francisco, Verde, Palo Bonito o Santa Clara.

### GUATEMALA

Un matrimonio de médicos, los Dres. Velilla prestan también de forma permanente sus servicios de ginecología y medicina general a las personas necesitadas de las poblaciones del Lago de Atitlán en la Clínica del Buen Pastor en San Pedro La Laguna. La Fundación financia los medicamentos empleados, intervenciones quirúrgicas para pacientes sin recursos que se realizan en el país, así como becas para mejorar la formación sanitaria para profesionales locales.

### HAITÍ

La Fundación Barceló tiene una especial sensibilidad con Haití, uno de los países más pobres del mundo que ha quedado trágicamente devastado tras el terremoto del fatídico 12 de enero de 2010.

Ya en 2007, junto a NPH (Nuestros Pequeños Hermanos), y con la cofinanciación del Ajuntament de Palma, se adquirió un aparato detector de los niveles de CD4 sanguíneos que ha permitido desde en-



tonces mejorar el tratamiento y la calidad de vida de la población afectada por el VIH/SIDA. Asimismo, con la ayuda de la AECID, se han llevado a cabo dos proyectos: uno en el hospital de Saint Damian Chateaublond, gestionado por NPH, para mejorar la atención sanitaria de los afectados por el VIH/SIDA, especialmente de los niños, y otro en el Centro para discapacitados de Key St. Germaine donde se ha puesto en marcha un plan de mejora de la calidad de vida de estos niños y sus familias.

En estos momentos la Fundación está trabajando en la elaboración de un proyecto de reconstrucción sostenible en Haití, especialmente en las áreas de salud y educación, especialmente afectadas por el terrible terremoto.

### REPÚBLICA DEMOCRÁTICA DEL CONGO

La labor de la Fundación se extiende a la convulsa República Democrática del Congo, ex Zaire y antigua colonia belga, donde entre otros proyectos colabora con el Hospital de Kanzenze, gestionado por las religiosas de Pureza de María, tanto a través de la dotación de material y equipamiento médico.

### KENIA

La labor de la Fundación se desarrolla principalmente en el área de Turkana, en la frontera con Etiopía, al norte del país, donde se ha financiado una clínica móvil para poder llegar a las comunidades más inaccesibles. También se lleva a cabo junto con la Asociación Nuevos Caminos la campaña oftalmológica en la que médicos voluntarios se trasladan al lugar para atender a los pacientes y proporcionar una mejor formación a los médicos locales. Con ese mismo objetivo desde el año 2008 se han puesto en marcha una serie de becas de formación financiadas por la Fundación destinadas a mejorar las capacidades de los profesionales locales.



# Asisa cuida mi salud ¡deja que cuide la tuya!

Es el compromiso de Asisa, una compañía con una larga trayectoria en la sanidad privada; estar al lado de sus asegurados en todo momento, cuidando su salud con todos los medios y la mejor atención. Es la responsabilidad de un líder en seguros de salud.





Entrevista a **Dr. Onofre Caldés**,  
Especialista en Cardiología

**“El estilo de vida es el pilar que nos ayuda a asegurarnos una buena senectud”**

*El doctor Onofre Caldés Llull, licenciado en Medicina en el Hospital Clínic de Barcelona (Universidad de Barcelona) y especialista en cardiología vía MIR en el Hospital de Son Dureta, ha trabajado en el centro palmense desde que acabó su residencia, compaginando los últimos cinco años con la sanidad privada. A partir de este mes de enero, se incorpora al servicio de cardiología de la Red Asistencial Juaneda en Manacor. Le entrevistamos para saber algo más sobre la prevención de las enfermedades cardiovasculares*

■ Por Lara Rodríguez

**¿Por qué estudió Medicina y cómo se decantó por la especialidad de Cardiología?**

**Dr. Caldés:** Me encantaban las Ciencias Naturales y en el momento de elegir una carrera universitaria decidí que Medicina podían ser los estudios que más me llenase como persona. No fue una decisión fría, sino más bien un impulso que posteriormente se ha convertido en vocación.

En el momento de decidir mi especialidad, la verdad es que me había planteado diversas opciones, puesto que me encantaba la medicina clínica. Al final me decidí por Cardiología y sinceramente fue una decisión estúpida.

**Los cardiólogos insisten en luchar contra los factores de riesgo: el tabaco, el colesterol, la obesidad... ¿Es un verdadero factor de riesgo la vida que llevamos?**

**Dr. Caldés:** El tipo de vida que llevamos es el principal factor, aunque no el único, que nos asegura una salud cardiovascular óptima. Es el pilar que nos ayuda a asegurarnos una buena senectud.

**¿Está de acuerdo, entonces, con el endurecimiento de la Ley Antitabaco que propone el Ministerio de Sanidad?**

**Dr. Caldés:** Sin ninguna duda,

sí. Cada persona es libre de fumar; sin embargo, está comprobado que el consumo pasivo de tabaco afecta a la salud y considero fundamental que se respete el derecho de las personas a no fumar. En la práctica, la única manera de asegurar este respeto en los espacios públicos cerrados es mediante el endurecimiento de la ley antitabaco.

**¿Es el deporte un factor fundamental para evitar enfermedades cardiovasculares en adultos?**

**Dr. Caldés:** El deporte realizado con moderación, y podemos entender como deporte caminar o nadar cada día un mínimo de 30 minutos, es fundamental para mantener una salud cardiovascular envidiable.

**A parte de deporte, ¿qué puede hacer una persona adulta para minimizar los riesgos de padecer una enfermedad cardiovascular?**

**Dr. Caldés:** No fumar, comer sano y evitar el sobrepeso o la obesidad. En caso de presentar hipertensión arterial, colesterol alto o diabetes sería recomendable un seguimiento médico regular.

**¿Las patologías cardíacas son hereditarias? ¿Es posible entonces su prevención?**

**Dr. Caldés:** Existen algunas enfermedades cardíacas que son

hereditarias, como por ejemplo la miocardiopatía hipertrófica, y por ello, en estos momentos, inevitables, aunque se podría valorar seguir consejo genético. Existen otras enfermedades, como la arterioesclerosis, en las que probablemente se herede un componente de predisposición. Por ejemplo, si en tu familia ha habido muchos infartos en gente joven probablemente tienes más riesgo de tener un infarto. En estos casos es fundamental llevar una vida sana que contrarreste esta predisposición.

**¿Los adelantos tecnológicos les han ayudado a adelantarse a la enfermedad cardiovascular?**

**Dr. Caldés:** La Cardiología presenta de forma constante avances tecnológicos que nos permiten tratar con mayor eficacia y con excelentes resultados la enfermedad; sin embargo, para adelantarnos a la enfermedad no hay mejor remedio que prevenirla con la fórmula clásica de llevar una vida sana.

**A pesar de todos estos adelantos y del trabajo de los investigadores, el infarto sigue siendo la principal causa de muerte en nuestra sociedad. ¿Hasta qué punto se puede minimizar el riesgo y las muertes y hacia donde se puede avanzar?**

**Dr. Caldés:** Hasta cierto punto que el infarto sea la principal causa de muerte, especialmente en gente mayor, no es más que el reflejo que estamos en una sociedad desarrollada. Ello no contradice que podríamos evitar una parte importante de los infartos con mejoras a nivel de salud pública como son reducir el consumo de tabaco, fomentar una alimentación sana y realizar una educación sanitaria.

**Actualmente, la medicina tiende a verse cada vez menos como algo individualista, orientándose hacia la interdisciplinariedad. ¿Es así también en Cardiología?**

**Dr. Caldés:** Un buen cardiólogo es un médico con un amplio conocimiento de diversas enfermedades porque muchos de los pacientes con enfermedad cardíaca también tienen otros problemas de salud que se relacionan íntimamente con su enfermedad cardíaca y que es imprescindible conocer y tratar.

**Además, las subespecialidades están cada vez más a la orden del día. ¿Cuáles podemos encontrar dentro de la especialidad de Cardiología?**

**Dr. Caldés:** Las subespecialidades suelen relacionarse con la práctica de técnicas complejas para las que es im-

prescindible, para asegurar un buen resultado, una formación concreta y una actividad constante en la realización de la técnica. En cardiología destacan como subespecialidades la hemodinámica y la electrofisiología.

**¿Qué beneficio aporta al paciente esta especial formación?**

**Dr. Caldés:** La formación como Cardiólogo asegura al paciente un tratamiento de máximo nivel y actualizado de su enfermedad cardíaca.

**Más información:**

**SERVICIO DE CARDIOLOGÍA**

Clínica Juaneda  
Teléfono 971 73 16 47

Clínica Juaneda Menorca  
Teléfono 971 48 05 05  
www.juanedamenorca.es

Consultes Mèdiques Juaneda Alcúdia  
Teléfono 971 54 73 73

Consultes Mèdiques Juaneda Ciutadella  
Teléfono 971 48 15 00

Consultes Mèdiques Juaneda Inca  
Teléfono 971 50 77 77  
www.juanedainca.es

Consultes Mèdiques Juaneda Paguera  
Teléfono 971 68 64 09

Hospital General de Muro  
Teléfono 971 89 19 00  
www.hgm.es

Laserclínic Manacor  
Teléfono 971 844 844



Hablando con Paquita Tomàs,  
COCINERA, PRESENTADORA Y ESCRITORA

## “Operarme de cataratas fue más fácil que hacer un flan”

■ Por Ana Rosa Rivero

### ¿Cómo afronta esta nueva temporada de “Sa bona cuina”?

**Paquita Tomàs:** Con mucha ilusión y con ganas de seguir trabajando. Hoy me he levantado a las 05.00 horas y ya he realizado dos grabaciones (son las 18.00 horas).

**Además de su trabajo en la televisión autonómica, no deja usted de viajar y de preparar nuevos proyectos. ¿Tiene usted buena vista para los negocios?**

**Paquita Tomàs:** Siempre me ha gustado la cocina, la parte de tradición de la gastronomía de las Islas que se mantiene y los elementos modernos que se incorporan siempre en armonía. Yo heredé de mi madre el amor por la cocina y ahora estoy muy agradecida por el apoyo que todos los mallorquines están dando a mi trabajo.

**Televisión, libros de cocina, cursos... Ha tenido en 2009 una agenda muy apretada.**

**Paquita Tomàs:** Sí, en la vida he hecho casi de todo. Con todo he de reconocer que en 2009 em-

pecé a ver la vida de otra manera cuando decidí por fin operarme de cataratas.

### ¿Por qué se decidió a dar este paso?

**Paquita Tomàs:** Solía conducir por la noche y, al volver a casa, no conseguía ver a los coches con nitidez. Más bien, en lugar de distinguir luces veía aros de luz, como una especie de estrellas luminosas sobre la carretera. Llegó un punto en el que tenía que frotarme los ojos para poder ver con nitidez. Entonces fue cuando vine a Oftalmèdic y el Dr. Luis Salvà me recomendó la operación. Yo, he de decir, suelo ser reacia a todas las intervenciones y, además, en aquel momento tenía mucho trabajo. Recuerdo que le dije que no tenía tiempo para operarme porque estaba de grabación en grabación. Luis me contestó: ¡Paquita, ya verás cómo esto es muy sencillo y rápido!

### Y fue sencillo y rápido...

**Paquita Tomàs:** ¡Fue más sencilla (la operación) que hacer un flan! Incluso diría más, la intervención para eliminar la catarata me resul-

**Paquita Tomàs** vive uno de sus mejores momentos personales y profesionales. Tras el éxito de su programa “*Sa bona cuina*” de IB3 y de las recetas que publica en el diario Última Hora, esta mallorquina no deja de sorprendernos con su arte entre fogones. Paquita nos habla de su secreto ante las cámaras, sus próximos retos y de su reciente intervención de cataratas en el Centro Ocular Oftalmèdic. Una decisión, la de operarse, que asegura le ha cambiado la vida en sólo unos minutos. “*La operación de cataratas resultó ser más rápida que hervir un huevo*”, asegura.



tó más rápida que hervir un huevo, que para cocinarlo bien serían necesarios entre 10 y 15 minutos.

### ¿En qué le cambió la vida?

**Paquita Tomàs:** La verdad es que yo ahora estoy encantada. Tengo 66 años y veo mejor que cuando tenía 15. Cuando mis amigos me comentan que no saben si operarse de cataratas yo se lo recomiendo con los ojos cerrados. A mí me fue muy bien.

**Su programa ha llegado a alcanzar en algunos días un 24% de share y ha conseguido ser líder en su franja horaria. ¿Cuál es el secreto para despertar el interés de tantas miradas?**

**Paquita Tomàs:** Creo que mi carácter. Me considero una persona muy normal que no actúa frente a las cámaras. Y eso se agradece.

**Para terminar, podría darnos una receta para los lectores de “Con Buenos Ojos”.**

**Paquita Tomàs:** Hoy cocinaremos algo sencillo y rápido: Gambas al ajillo, una receta económica que resulta ideal para llegar a casa a las 14.00 horas y empezar a comer a las 14.15 horas.

### GAMBAS AL AJILLO

**COMENSALES:** 4 personas

**TIEMPO DE PREPARACIÓN:** 15 minutos.

**INGREDIENTES:** 600 gr. de cola de gambas sin piel. Pueden ser congeladas. 4 ajos / Aceite de oliva / 1 guindilla / Sal

#### PREPARACIÓN

Ponemos en la sartén los ajos para que perfumen el aceite. Añadir las colas de gambas descongeladas, un poquito de sal.

Dejar freír durante 5 minutos.

#### Más información:

**CENTRO OCULAR OFTALMÈDIC**  
Clínica Juaneda  
Teléfono 971 73 00 55  
www.ofthalmedic.com

**LASERCLINIC MANACOR**  
Teléfono 971 84 48 44  
www.laserclinic.es



# ÓPTICAS FLORIDA

Tel. Att. Cliente: 971 57 49 76  
www.opticasflorida.com

Joana compró su montura con cristales progresivos Advance de Ópticas Florida. Ahora lo ve todo más claro. ▶



## En Ópticas Florida cuidamos de tu salud visual

- ✓ Más de 90 años de experiencia
  - ✓ Red de Ópticas líder en Mallorca
  - ✓ 20 Centros a tu servicio
  - ✓ Atención al cliente personalizada
  - ✓ Profesionalidad, más de 80 profesionales a su servicio
  - ✓ Compromiso
  - ✓ Garantía
  - ✓ Verás las últimas novedades en gafas de sol y monturas
- ...consulta las promociones que tenemos para ti !!!

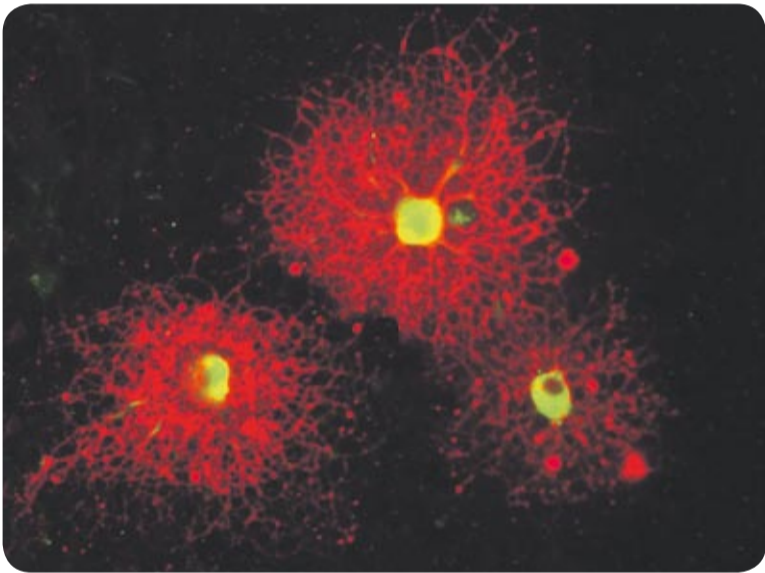
ANDRATX - ARTÀ - CALA MILLOR - CAMPOS - COLL D'EN REBASSA - FELANITX - INCA - LLUCMAJOR - MANACOR - PALMA - PORT D'ALCÚDIA - PORT DE POLLENÇA - S'ARENAL - SA POBLA - SON FERRIOL - LINARES



# Paisajes neuronales, la fusión del arte y la ciencia

## ¿QUÉ ES EL ARTE?

*El CaixaForum de Palma nos hace reflexionar sobre esta pregunta universal en la exposición de arte 'Paisajes neuronales', una colección a caballo entre el arte y la ciencia con la que se rinde homenaje al Premio Nobel de Medicina Santiago Ramón y Cajal. Sorprendentes y bellas imágenes que, en ocasiones, recuerdan a las obras de artistas como Renoir, Miró o Picasso*



Oligodendrocitos in vitro (Domecq y Matute). Universidad del País Vasco, España  
"Así son los fuegos de nuestro arteficio" - F. Savater

## REDACCIÓN

La exposición artística '**Paisajes neuronales**' muestra a través de 50 imágenes inéditas, realizadas con técnicas de vanguardia por neurocientíficos de todo el mundo, que la cultura, el arte y la medicina pueden ir de la mano.

Prueba de ello son las cincuenta imágenes de exposición que muestran la evolución del conocimiento del sistema nervioso desde tiempos del Premio Nobel de Medicina Santiago Ramón y Cajal hasta hoy y que están acompañadas de textos especialmente creados para la ocasión escritos por destacados pintores, escritores, filósofos y otros intelectuales como el prestigioso Fernando Savater que define una de las imágenes expuestas como "la cuerda del acuerdo, del recuerdo, ¿de la concordia?".

## LA IMPORTANCIA DE LA MIRADA

Los ámbitos de la exposición siguen la misma metodología de Ramón y Cajal: mirar y dibujar; mirar y fotografiar; mirar e interpretar. Las imágenes se suceden y agrupan en base a dos objetivos importantes: mostrar la importancia que tienen los dibujos y las fotografías en el proceso del estudio científico y, por otro lado, descubrir cómo la belleza de estas imágenes provoca la inspiración en los artistas, consiguiendo una maravillosa fusión entre arte y ciencia.

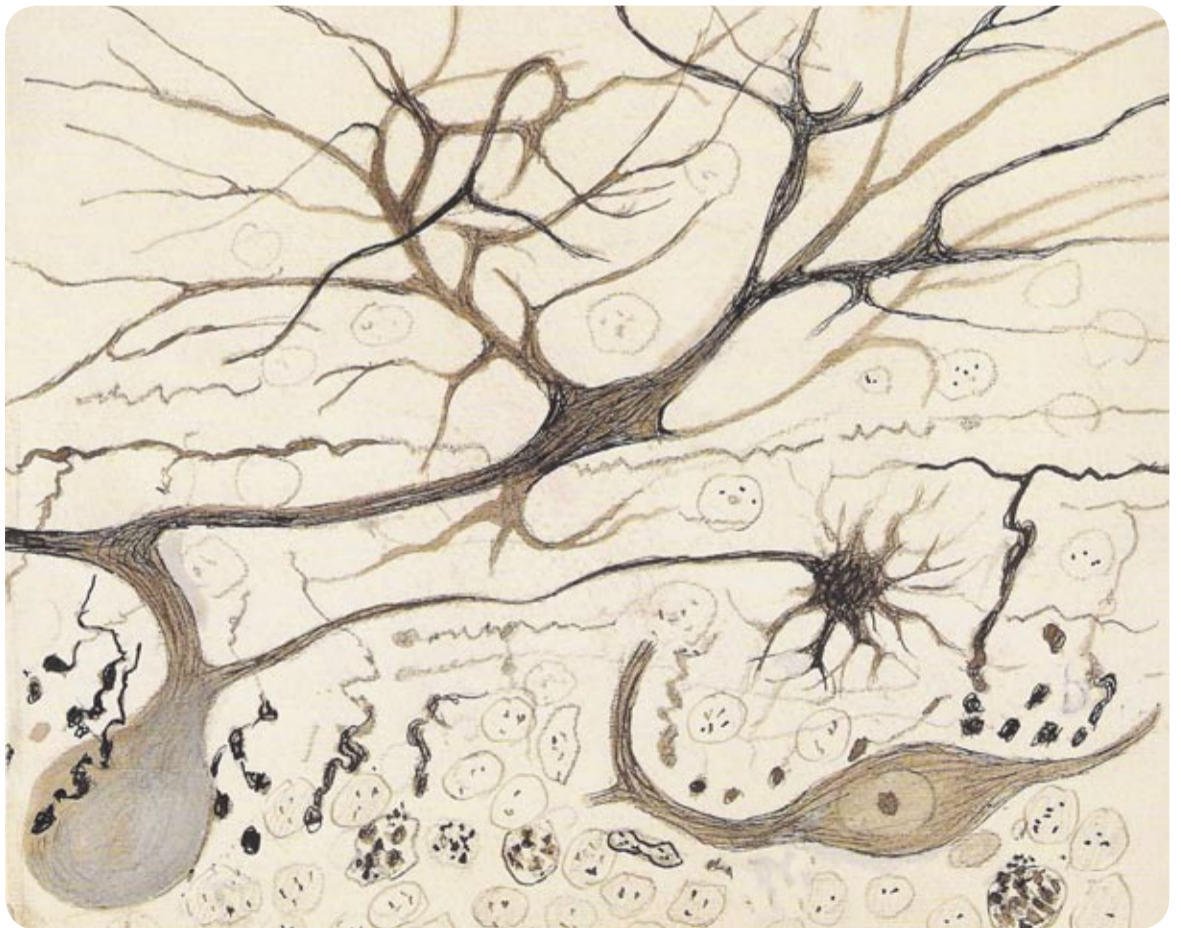
Las obras han sido seleccionadas de entre 433 imágenes enviadas por 62 laboratorios de Neurociencias de todo el mundo. En ocasiones, estas sorprendentes y bellas imágenes, que se obtienen con los métodos de tinción tradicio-



Corteza cerebral humana (Método de Golgi) (Cajal, 1899)



Células de neuroblastoma I diferenciándose en cultivo (Wittmann)  
UCSF, San Francisco, EEUU  
"Otro ángel azul" - F. Savater



nales y modernos para revelar la estructura del cerebro, recuerdan a las obras de artistas como Renoir, Miró o Picasso, entre otros, según han descrito los responsables de la exposición.

## EXPOSICIÓN:

**"PAISAJES NEURONALES"** Del 17/03/2010 al 13/06/2010

CaixaForum Palma  
Teléfono 971 17 85 00  
www.fundacio.lacaixa.es



## DIRECTORIO DE CENTROS

**Palma**  
**Clínica Juaneda**  
 Company, 30  
 Teléfono 971 73 00 55

**Palma**  
**Centro Médico Mapfre**  
 Paseo Mallorca, 17  
 Teléfono 971 22 24 35

**Inca**  
**Juaneda Inca**  
 Gran Vía Colón, 48  
 Teléfono 971 50 77 77

**Manacor**  
**Laserclinic**  
 Rambla Rei Jaume I, 6A  
 Teléfono 971 844 844

**Muro**  
**Hospital General de Muro**  
 Veler s/n  
 Teléfono 971 89 19 00

**LLucmajor**  
**CEM Lluçmajor**  
 Plaza de España, 56  
 Teléfono 971 12 00 21

**Ibiza**  
 Dra. Petra Rodhe  
 Canarias, 10  
 Teléfono 971 30 01 56

**Ibiza (Santa Eulalia)**  
 Dra. Petra Rodhe  
 San Juan nº2, 1ªA  
 Teléfono 971 33 27 59

## STAFF

Bonallum Fundació



Publicación de la Fundación Bona Llum  
 Número 4, Año 2010

**EDITA:**  
 Fundació Bona Llum  
 y L'Hiperbòlic Edicions, S.L.  
 C/ Company, 30 07014 Palma de Mallorca  
 Teléfono: 676 18 92 58  
 arosa@oftalmedic.com

**COORDINACIÓN:**  
 Ana Rosa Rivero

**HAN COLABORADO:**  
 Clínica Laserclinic, Bel López, Dr.  
 Gabriel Trobat, Dr. Andrés Pérez,  
 Dra. Cinta Escuder Capafons, Dr.  
 Diego Richards, Dra. Mª Luisa  
 Monserrat, Luis Alfonso Gómez  
 Escudero, Dr. Onofre Caldés Llull,  
 Lara Rodríguez

**AGRADECIMIENTOS:**  
 Rafael Torra, Paquita Tomàs, Dr. Pas-  
 cual, Dr. Luis Salvà Ladaria, Centre  
 Cot Manacor, Caixa Forum

**DISEÑO Y MAQUETACIÓN:**  
 Ideografika.com - Eva Manresa  
 eva@ideografika.com

**FOTOGRAFÍA:**  
 Con Buenos Ojos

**IMPRESIÓN:**  
 Artes Gráficas de Balears

**DEPÓSITO LEGAL:**  
 PM-1535-2009



## Obra Social "la Caixa"

### Més oportunitats per a les persones

L'Obra Social "la Caixa" treballa dia rere dia per lluitar contra la pobresa, per fer que la gent gran tingui una vida més activa i que els joves tinguin tot un futur per davant, per afavorir la integració laboral, per apropar la cultura a totes les edats, per tenir cura de la salut de les persones fins a l'últim moment i per protegir el medi ambient.

**Tot, perquè cada persona tingui més oportunitats.**

 Obra Social "la Caixa"



OBRA SOCIAL · L'ÀNIMA DE "LA CAIXA"

# 20 años mirando por tus ojos



La principal misión de Centro Ocular Oftalmedic es ofrecer una atención personalizada, amable y con la mejor tecnología para resolver con el máximo rigor los problemas visuales de nuestros pacientes.

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



TECNOLOGÍA



PROFESIONALIDAD



ATENCIÓN PERSONAL



COMPROMISO



OFTALMEDIC

CENTRO OCULAR

**Palma**  
Clínica Juaneda  
C/ Company, 30  
Tel.: 971 73 00 55

**Palma**  
Centro Médico Mapfre  
Paseo Mallorca, 17  
Tel.: 971 22 24 35

**Inca**  
Clínica Juaneda  
Avda. Colón, 48  
Tel.: 971 50 77 77

**Manacor**  
LASERCLINIC  
Rambla Rei Jaume I, 6A  
Tel.: 971 844 844

**Muro**  
Hospital General  
C/ Veler s/n  
Tel.: 971 89 19 00

**Llucmajor**  
CEM Llucmajor  
Plaza España, 56  
Tel.: 971 12 00 21