

KUNAP	IMCALIFT	TRANSFORMA	CLÍNICA CROSS
Ayuda profesional en la difícil tarea de ser padres	Un claro referente en soluciones de accesibilidad	La entidad trabaja por la autonomía y el bienestar de la persona	Carlos Concejo explica la función de los implantes dentales

DIARIO DE NAVARRA
Viernes, 13 de febrero de 2015

02

04

06

08

Medicina, salud y farmacia

**SUPLEMENTO
COMERCIAL**

Gestión editorial: Brandok | Gestión comercial: Alonso Comunicación | Textos: Erika Martínez, Bea Serna, Begoña López y Álvaro Bretón | Tratamiento fotográfico: Erika Martínez



Dr. Oscar Villafañe
cirujano plástico

www.drovillafane.com

PAMPLONA 948 258 695 | SAN SEBASTIÁN 943 328 157

Gracias por confiar en nosotros los últimos **15 años**.
Seguiremos trabajando, siendo fieles a nuestro lema:

**CALIDAD,
EXPERIENCIA, PROFESIONALIDAD
Y HONESTIDAD.**

KUNAP

Ayuda en la difícil tarea de ser padres

Un equipo de cinco profesionales combina fisioterapia y psicología en la atención integral de la persona

“Juntos y hacia arriba” es el significado de KUNAP, una consulta sanitaria especializada en fisioterapia y psicología de adultos, adolescentes y niños, situada en la calle Luis Morondo 11 de Pamplona. El jueves 19 de febrero habrá una jornada de puertas abiertas para resolver dudas de forma individualizada. Puede confirmar su asistencia en el 948 104 461.

- Irina Parés, fisioterapeuta y máster en Suelo Pélvico. ¿Por qué una preparación al parto?

Para evitar posibles complicaciones y favorecer una recuperación posterior. Es importante conocer cuál es la fisiología del parto, los movimientos adecuados y qué tácticas y ejercicios se pueden usar. También importa solventar posibles dolores o molestias en el embarazo para sentirnos mejor en esa etapa, en el parto y después. Además, es beneficioso el masaje perineal para evitar desgarros y proteger el suelo pélvico.

- ¿Cuándo conviene empezar esa preparación?

Desde el primer momento para conocer las fases, cambios y ejercicios a realizar durante el embarazo. El trabajo más activo, como el masaje perineal, se inicia en la semana 30.

- Y después del parto, ¿por qué es necesaria la visita?

Las madres nos dejamos en segundo término porque el bebé nos ocupa todo el tiempo. Pero debemos prestarnos atención, evitar y solucionar problemas, recuperar

nuestro tono perineal y abdominal para estar y sentirnos bien.

La difícil tarea de ser padres

- Leticia Canle, psicóloga y máster en Atención Temprana y Psicología Infanto-Juvenil. Una vez que se ha tenido el bebé, especialmente en padres primerizos, puede surgir la duda de qué hacer.

Ser padres es una de las tareas más difíciles e importantes de nuestra vida. En la educación de los hijos pueden surgir dificultades, conflictos, dudas, que nos hacen sentir inseguros o desorientados. El asesoramiento familiar ayuda en ello.

- ¿Cuáles son los problemas más frecuentes en la infancia?

Padres y profesores son los primeros en ver las dificultades. Las más frecuentes que vemos en nuestra consulta son problemas de sueño, miedos, problemas de conducta, enuresis, encopresis, celos, aprendizaje, déficit de atención, hiperactividad...

- ¿Cuándo conviene llevar al niño al psicólogo?

No hay que tener un síndrome o trastorno. Cada vez más padres vienen porque sus hijos presentan conductas difíciles (desobediencia, agresividad, obsesiones), dificultades en la escuela (falta de atención, aislamiento, hiperactividad, dificultades de aprendizaje), cambios repentinos e inexplicables (se vuelve apático, triste, llora por todo, apenas juega...).



CEDIDA
De izquierda a derecha: Leticia Canle, psicóloga, e Irina Parés, fisioterapeuta.

CLÍNICA CIRUGÍA PLÁSTICA ÓSCAR VILLAFANE

Calidad, experiencia, profesionalidad y honestidad

Óscar Villafañe, especialista en cirugía plástica, reparadora y estética, explica las claves del éxito de su consulta en Pamplona que este año cumple su 15 aniversario

La consulta de Óscar Villafañe, especialista en cirugía plástica, reparadora y estética, celebra este año su 15 aniversario. El éxito de su larga trayectoria profesional radica en los valores con los que ejerce su profesión: calidad, experiencia, profesionalidad y honestidad. Unos valores especialmente importantes, sobre todo, si tenemos en cuenta la cantidad de centros con objetivos comerciales que han proliferado en los últimos tiempos y que no aplican estas premisas, pilares en la relación médico privado-paciente. “Desde aquí queremos agradecer a nuestros pacientes la confianza que han depositado en nosotros. Ellos son quienes mejor saben que no se han equivocado en su elección”, explica el especialista Óscar Villafañe.

- ¿Cómo han sido estos 15 años de andadura profesional en la consulta que dirige en el número 57 de la avenida Sancho el Fuerte de Pamplona?

El esfuerzo diario ha merecido la pena. Hoy en día, hemos alcanzado un merecido presti-

LA CONSULTA DEL DOCTOR OSCAR VILLAFANE CUMPLE SU 15º ANIVERSARIO EN PAMPLONA

gio en Navarra y en otras provincias limítrofes, particularmente en Guipúzcoa, donde disponemos de consulta en el Centro Logik del Hospital Onkológico e incluso atendiendo a pacientes de todo el territorio nacional que me solicitan consulta.



CEDIDA

Sala de espera de la Clínica de Cirugía Plástica de Óscar Villafañe.

- Hoy en día, hay mucho intrusismo en el campo de la cirugía plástica, ¿qué consejo le daría a un paciente que no sabe a qué centro acudir?

Es un hecho que ante tanta acción publicitaria de unas clínicas y otras, los pacientes tienen dudas sobre a qué centro acudir. Desde aquí les aconsejamos buscar a un especialista en cirugía plástica, reparadora y estética. No deben dejarse llevar por promociones u otras acciones publicitarias. La cirugía estética es una especialidad médica y con la salud no se puede jugar por eso es importante ponerse siempre en manos de un profesional de referencia. En nuestro centro, nos aseguramos de que el paciente reciba la atención que merece. Además, disponemos de varias salas de espera que nos permiten ofrecer al paciente la máxima discreción y confidencialidad.

- ¿Qué garantías le ofrece su consulta al paciente?

Nuestros pacientes son intervenidos en centros hospitalarios. Son atendidos por profesionales cualificados (anestelistas, equipo de quirófano, de planta, etc.) que

les ofrecen las máximas garantías. Ante cualquier eventualidad no deseada, saben que se disponen de cuidados intensivos y que su cirujano estará disponible las 24 h, incluso durante el fin de sema-

CALIDAD, EXPERIENCIA, PROFESIONALIDAD Y HONESTIDAD DEFINEN EL TRABAJO DE OSCAR VILLAFANE

na. Además, en el caso concreto de los implantes mamarios, utilizamos los de máxima calidad y durabilidad.

- ¿Qué técnicas emplea?

Nuestra experiencia nos permite utilizar las técnicas quirúrgicas más novedosas y menos invasivas. Primamos los mejores resultados y el menor tiempo de baja posible pero nunca a costa del bienestar del paciente, por ello no siempre retiramos los drenajes cuanto antes o recibimos el alta muy pronto, por ejemplo, es lo más beneficioso para el paciente.



KUNAP
CENTRO DE FISIOTERAPIA Y PSICOLOGÍA

NOS COMPROMETEMOS CONTIGO

PSICOLOGÍA INFANTIL
TERAPIA CON ADOLESCENTES

PSICOLOGÍA ADULTOS
PSICOLOGÍA DEPORTIVA

FISIOTERAPIA PRE Y POSTPARTO
FISIOTERAPIA UROGINECOLÓGICA

FISIOTERAPIA DEPORTIVA
FISIOTERAPIA TRAUMATOLÓGICA

C/ Luis Morondo 11 | 31006 Pamplona | T 948 104 461 | www.kunap.com | info@kunap.com



ISABEL VILLARREAL

Las enfermedades de las encías tienen solución

Isabel Villarreal, especialista en periodoncia, tratamientos de encías e implantes, explica que la prevención de enfermedades bucales se basa en la correcta higiene, en un mantenimiento adecuado y en evitar hábitos como el tabaquismo

El mejor modo de prevenir la enfermedad periodontal y por tanto la necesidad de requerir tratamientos es seguir una correcta higiene bucal.

Aun así conviene acudir al dentista para detectar los problemas a tiempo. La doctora Isabel Villarreal, especialista en periodoncia, así lo recomienda.

- ¿Cuáles son los problemas que afectan a las encías?

La acumulación de placa bacteriana y sarro en el cuello de los dientes (la línea de la encía) va a producir gingivitis (sangrado y enrojecimiento reversible de la encía). Si no se soluciona y se asocia a otros factores como el consumo de tabaco, se llega a la periodontitis (piorrea o pérdida de hueso de sujeción de los dientes). Esta segunda fase de la enfermedad es irreversible, aunque se puede detener su avance con medidas adecuadas. El gran problema es que son enfermedades indoloras para el paciente, por lo que generalmente se acude tarde al especialista.

- ¿Hay manera de prevenir este tipo de enfermedades?

La manera de prevenir y detener la enfermedad periodontal (de las encías) es una correcta higiene bucal, aplicar el tratamiento adecuado y evitar hábitos como el tabaquismo.

- ¿Cuáles son los tratamientos para estos problemas de salud bucal?

Tratamos las enfermedades periodontales en todas sus fases. Si el paciente presenta gingivitis se realiza una limpieza e instrucciones para una correcta higiene en casa. Si ya presenta periodontitis, aparte del tratamiento descrito para la gingivitis, habrá que realizar limpiezas más profundas con anestesia, que en ocasiones puede requerir cirugía.

- ¿Qué efectos sobre la salud pueden tener estas patologías bucales?

Pueden influir en la salud global de la persona. Las enfermedades inflamatorias de las encías están di-



CEDIDA

Isabel Villarreal, especialista en periodoncia, tratamientos de encías e implantes.

rectamente relacionadas con la diabetes, dificultando el control de la glucosa si el paciente no mantiene la salud de sus encías. Igualmente, si el paciente no controla sus niveles de glucemia, la pérdida de hueso de sujeción de los dientes se acelera notablemente. También hay estudios que relacionan los problemas periodontales con partos prematuros, niños con bajo peso al nacer, problemas respiratorios y cardíacos. Al desaparecer la sujeción, los dientes se mueven y llegan a perderse. Por ello disminuye la capacidad masticatoria y repercute en el proceso digestivo.

- Nuestra boca forma parte también de esa tarjeta de presentación que es el rostro. ¿Influyen estos problemas de encías en nuestras relaciones sociales?

Claro. Al presentarnos ante otros, normalmente nos fijamos primero en los ojos y luego bajamos la mirada hasta la boca. Las personas con problemas como los descritos cambian hasta su forma de sonreír, tapándose la boca para ello. Tienen efectos negativos en las relaciones sociales y de pareja por el mal aliento, temor a sonreír, se-

paración y pérdida de piezas dentales, etc. Hoy en día, esas patologías se pueden detener, si se llega a tiempo, sin perder los propios dientes. Si fuese ya tarde, podremos reponer los dientes perdidos con implantes.

- ¿Qué ocurre cuando se presenta una recesión o retracción de encías?

Cuando se retrae la encía, suele aparecer sensibilidad y otros problemas en la raíz expuesta, como desgaste y caries. Si la recesión es en la parte más visible de la boca, afecta también a la estética, alargando los dientes y produciendo el efecto de sonrisa envejecida. El tratamiento recomendado es el injerto de encía, tanto para prevenir como para corregir.

- ¿Y cuando alguien tiene los dientes muy pequeños y se ven mucho las encías al sonreír?

Para esos dientes que no han terminado de descubrirse, podemos alargarlos mediante el "recontorneo de encías" para mejorar estéticamente la sonrisa corrigiendo las proporciones dentales y evitando que se vea tanta encía. Otras veces hay que realizar el mismo trata-

miento en dientes muy desgastados, con grandes caries o rotos, ya que lo que queda del diente sano no es suficiente para restaurarlo. En estos casos se alarga la pieza permitiendo su reconstrucción.

Implantes

- ¿Qué ocurre cuando las piezas dentales propias ya no se pueden restaurar?

Entonces recurrimos a los implantes, raíces artificiales de titanio, el metal más compatible con nosotros. Cuando hay hueso y encía suficiente, se colocan sin necesidad de tratamientos añadidos. Si faltara hueso o encía, se pueden regenerar mediante injertos del propio paciente, favoreciendo un resultado óptimo a largo plazo.

- Muchos pacientes no acuden al dentista por miedo o ansiedad, ¿no es así?

Efectivamente. Cuando es necesario, practicamos una sedación superficial utilizando medicación. También utilizamos sedación con óxido nitroso ("gas de la risa") que se administra por inhalación.

- ¿Cuánto tiempo lleva reponer un diente? ¿Se puede hacer en un solo día?

Depende de la situación y las necesidades del paciente. Cuando necesita de injertos de hueso y/o encía, el proceso se puede demorar meses, pero siempre que podemos, colocamos los dientes desde el primer día. Estos son de un material provisional, permitiendo al paciente hacer su vida social y masticación con normalidad. Pasados unos meses se colocan las piezas definitivas.

- ¿Los implantes pueden dar problemas?

En principio son tratamientos que se realizan para toda la vida. Aun así, en ocasiones, especialmente si el paciente no sigue diaria-

mente los cuidados oportunos, la placa bacteriana produce inflamación en la encía y pérdida de hueso de sujeción de los implantes. Es el mismo proceso que hace perder los dientes, pero más rápido por la infección del implante.

- ¿Cómo se pueden evitar estos problemas?

Es cuestión de cuidar los detalles. Existen infinidad de fabricantes de implantes: buenos, regulares y muy malos. Nosotros trabajamos con la empresa de más larga trayectoria internacional y el mayor número de estudios científicos dando solución a nuestros pacientes allá donde estén. El implante como producto está garantizado de por vida. Conlleva mayor coste, pero merece la pena. También son importantes para el éxito, una buena encía que rodee los implantes, (depende de la técnica quirúrgica), la calidad y ajuste de las prótesis y el correcto mantenimiento y cuidado higiénico del paciente.

- Trabajan con cirugía guiada. ¿En qué consiste?

Podemos hacer cirugía guiada para colocar implantes: uno, varios o todos los dientes de la boca. Se parte de un escáner del hueso realizado en nuestra consulta. Mediante un programa informático efectuamos una cirugía virtual simulando la colocación de los implantes en la posición más adecuada. Este estudio se envía por internet a Suecia, donde nos fabrican una férula o guía para colocar los implantes a través de la mucosa. Así se implantan con total precisión, reduciendo el tiempo de la intervención y sin incisiones ni puntos, lo que lleva a un postoperatorio más cómodo, con menos dolor e inflamación. Esta es la técnica idónea para colocar los dientes en el mismo día.

Fotografía: Alex Eflon

SONREÍR ES UN LENGUAJE QUE NO NECESITA PALABRAS.

Dra. Isabel Villarreal

- Tratamientos de retracciones de encía y de periodontitis.
- Prevención de la pérdida de hueso, encías y dientes.
- Implantes y dientes en el día.
- Estética de la sonrisa.

C/Iñigo Arista 18 entreplanta
948276110
www.doctoravillarreal.com
Col. 536

Especialista en Periodoncia, tratamientos de encías e implantes.

- Licenciatura en Odontología. (UCM, Madrid)
- Especialidad en Periodoncia (UANL, México)
- Fellow en Periodoncia (Baylor University, Dallas, TX, EEUU)
- Master en Implantología (gIDE y UCLA, Los Ángeles, EEUU)

Un claro referente en soluciones de accesibilidad

IMCALIFT

Imcalift nació como una pequeña empresa local fabricante de elevadores para unifamiliares, ahora llamados "ascensores domésticos".

Desde entonces, han pasado más de 20 años y la historia de esta empresa navarra ha ido siempre ligada a la superación de barreras, dejando de ser un simple taller de elevadores para convertirse en una de las firmas de referencia a nivel nacional en el sector de la elevación y la accesibilidad, gracias a sus sedes nacionales (País Vasco, Aragón, Madrid y Barcelona) y a sus delegaciones internacionales en Latinoamérica.

Comercializa una amplia gama de productos fabricados a medida y a precios muy competitivos, que han sido diseñados para salvar barreras arquitectónicas y garantizar la accesibilidad en el hogar, en comercios, oficinas, hostelería y en la industria (montacargas, montaplatos...).

Se trata de una empresa altamente especializada en el sector, ya que sólo en Navarra cuenta con más de 1.000 instalaciones realizadas. Además, ofrece hasta 3 años de garantía en sus productos. Tiene plena confianza en sus instalaciones y pone a disposición de sus



La silla salvaescaleras Imcalift puede adaptarse a cualquier tipo de escaleras.

clientes un equipo de técnicos especializados que además de realizar una instalación impecable y profesional, garantiza un mantenimiento correcto de los salvaescaleras y soluciona cualquier avería con rapidez y eficacia.

Subir y bajar escaleras cómodamente

En palabras del ingeniero Rubén Cremallet, director comercial de la empresa, "actualmente son muchas las viviendas con obstáculos de accesibilidad (escalones de entrada al portal o escaleras que comunican cada piso...) y lamentablemente quienes viven allí no pueden moverse cómodamente por su casa, dejando en ocasiones de salir a la calle por el peligro de caídas al

bajar las escaleras".

Para estos casos, desde Imcalift consideran que la silla salvaescaleras es una de las soluciones más prácticas, económicas y rápidas de instalar, ya que no requiere de obras en la vivienda y en muy poco tiempo permite moverse por toda la casa con total seguridad y confort.

La empresa navarra oferta varios modelos de sillas elevadoras que pueden instalarse en cualquier tipo de escalera, incluso en las escaleras más complejas o estrechas, tanto en el interior como en el exterior de la vivienda. Son resistentes, duraderas y muy seguras. Su instalación es rápida. En un solo día, los técnicos realizan el montaje, ya que no implica ninguna obra, ni es necesario solicitar licencias o permisos para colocarlas.

Otra gran ventaja de la silla salvaescaleras es que siempre está lista para usarse gracias a sus baterías recargables integradas, que permiten su utilización, aunque se produzca un corte en el suministro eléctrico.

Nueva exposición

Recientemente, esta empresa, con sede central en el polígono industrial de Mutilva, ha acondicionado un nuevo *showroom* (zona de exposición) en sus instalaciones.

Este nuevo espacio permitirá a IMCALIFT mostrar sus novedades y productos de accesibilidad. Su inauguración se celebrará el próximo mes de marzo y contará con el apoyo de representantes de asociaciones navarras de discapacidad, arquitectos, constructores y otras entidades involucradas en la superación de barreras y fomento de la accesibilidad.

Imcalift quiere poner a disposición de todas las personas interesadas un lugar en el que probar y recibir asesoramiento sobre los sistemas de elevación que comercializa la compañía: sillas salvaescaleras, plataformas elevadoras para sillas de ruedas, orugas portátiles sube escaleras, ascensores, montaplatos para hostelería, elevadores de media cabina para portales...

CELIAQUÍA

El 40% de los familiares de celíacos pueden sufrir síntomas aunque sus análisis sean negativos

La enfermedad celíaca es una intolerancia permanente al gluten, presente en algunos cereales como el trigo, la cebada, el centeno y el triticale

Un grupo de investigadores del servicio de Pediatría y Anatomía Patológica del Hospital de León ha demostrado que los familiares de personas con celiacía pueden sufrir síntomas típicos de esta enfermedad aunque los resultados de los análisis y las pruebas médicas hayan sido negativos. De hecho, tras la realización de un estudio genético y una biopsia duodenal a 67 pacientes sin dar importancia al resultado positivo o negativo, se observaron alteraciones en más del 40% de los participantes en el estudio mientras que con el abordaje inicial solo se habría detectado en el 25%.

Según los investigadores, los síntomas que pueden padecer los familiares de las personas celíacas, sobre todo, los padres con hijos celíacos, mejoran con la eliminación del gluten de su dieta. Y es que aunque no tengan síntomas de la intolerancia o sean muy leves, y aunque la serología sea negativa, un porcentaje alto de estos familiares puede tener ya signos de la enfermedad celíaca como es la atrofia de las vellosidades en el intestino delgado, lo que determina una inadecuada absorción de los nutrientes de los alimentos (proteínas, grasas, hidratos de carbono, sales minerales y vitaminas).

En estos casos o ante la sospecha de ellos, recomiendan la

eliminación del gluten de la dieta habitual, teniendo en cuenta que no solo se encuentra en el pan, la pasta o la harina sino también en cantidad de alimentos que contienen lo que se denomina como trazas de gluten, como pueden ser bebidas y precocinados. Como la enfermedad es sensible a cantidades mínimas de esta proteína, también hay que ser escrupuloso en la preparación de las comidas porque los alimentos pueden contaminarse a través de los utensilios. Asimismo, se deberá consultar con el médico antes de tomar cualquier medicamento ya que algunos de ellos pueden contener gluten, harinas, almidones o derivados.

El celíaco puede tomar todo tipo de alimentos que no contienen gluten en su origen: carnes, pescados, huevos, leche, cereales sin gluten (arroz y maíz), legumbres, tubérculos, frutas, verduras, hortalizas, grasa comestibles y azúcar. En los supermercados se encuentran cada vez más a menudo productos indicados para celíacos. Suelen llevar la marca de garantía controlada por FACE (Federación de Asociaciones de Celíacos de España) que identifica aquellos alimentos aptos para celíacos. Otra etiqueta es la espiga barrada, que es el símbolo internacional, regulado por la AOECS (Asociación de Celíacos Europeos).



Los síntomas que pueden padecer los familiares de las personas celíacas mejoran con la eliminación del gluten de su dieta.



IMCALIFT

ELEVACION

Mejoramos su calidad de vida

ESPECIALISTAS EN SALVAESCALERAS
20 años de experiencia
más de 1.000 instalaciones
Rápida Asistencia Técnica
Asesoramiento Personalizado

Las escaleras ya no son problema

3 AÑOS GARANTÍA

Garantizamos la instalación de una silla salvaescaleras de máxima calidad, así como un montaje rápido e impecable. Nos adaptamos a todo tipo de escaleras.

PRESUPUESTO VISITA Y ESTUDIO SIN COMPROMISO

ATENCIÓN PERSONALIZADA: 948 235 974
Polígono Mutilva Baja, Calle F nº12

FINANCIACIÓN HASTA 3 AÑOS

Consulte nuestras ofertas en la web:

www.salvaescaleras-elevadores.com

ARCHIVO

CLÍNICA DENTAL SANNAS DENTOFACIAL

Sonrisas “Sannas”

Una boca cuidada es el comienzo de una bonita sonrisa y en Sannas Dentofacial somos expertos en cuidar de tu sonrisa

Qué importante es tener una boca sana, pero además si tenemos los dientes adecuadamente alineados, sin ausencias dentarias y una correcta oclusión entre las arcadas, podremos realizar todas las funciones que involucran este órgano, desde la masticación, la comunicación, la estética y, cómo no, poder demostrar nuestro cariño a través de un beso.

Una boca deteriorada dificulta una adecuada pronunciación y fonación de las palabras. Lo podemos comprobar cuando nos hablan las personas que no tienen dientes (edéntulos). La dificultad que tienen para expresarse y nosotros para entenderles, además la pérdida parcial de dientes o la mala colocación de los mismos también produce seseos o que se escapen partículas de saliva, con el efecto desagradable que ello produce.

De la misma manera, la ausencia total o parcial de dientes



CEDID

Los problemas bucales pueden afectar a tu autoestima.

dificulta o incluso puede llegar a impedir la adecuada masticación de los alimentos, proceso clave y primario para una adecuada absorción y digestión de la comida. No es extraño que pacientes que presentan alteraciones dentarias de ausencias o malposiciones presenten dificultades masticatorias, lo que se puede traducir en problemas digestivos y de absorción de nutrientes.

¡Qué guapa! ¡Qué guapo! pensamos al ver a una persona, pero en cuanto sonrío o abre la boca, su imagen puede decepcionarnos o al menos cambiar esa percepción inicial agradable que nos habíamos formado. El deterioro o la ausencia de dientes, principalmente en el sector anterior, estropea de forma determinante la estética dental y facial, puede hacer parecer mayor a una persona o darle un aspecto poco armonioso, y en muchas ocasiones puede influir incluso en la

aceptación personal, lo que puede conllevar a una disminución de la autoestima.

Finalmente y no menos importante, hace referencia al aspecto emocional, el que está relacionado con la expresión de nuestros sentimientos a la persona amada a través del beso. Además de ser una experiencia agradable, debemos saber que el contacto íntimo que se produce durante el beso, puede ser fuente de transmisión de microorganismos que pueden generar patologías, enfermedades de transmisión oral. Por último, hacer una última y rápida referencia a la incómoda halitosis (mal aliento), muchas veces producido por problemas bucales y/o digestivos.

El equipo de profesionales de la Clínica Dental Sannas Dentofacial, está preparado para ofrecer soluciones adecuadas a sus problemas bucales y ayudarles a presumir de sonrisas sannas.



CPS-236C/23-14-NA



CPO,
Centro de Prevención Oral

Prevención oral a cualquier edad

sannas

c/Madres de la Plaza de Mayo 16
31013 Nuevo Artica
www.gruposannas.com
948 384422

TRANSFORMA

“Trabajamos por la autonomía de la persona y su bienestar”

Edurne Preterena, gerente de Transforma, explica en qué consiste el servicio que presta la entidad

En 2002 nace Transforma, una entidad sin ánimo de lucro impulsado por la Fundación Gaztelan. Durante estos trece años, más de 700 familias de Pamplona y su Comarca han sido atendidas por el Servicio de Atención a la Dependencia de Transforma. El trato cercano, la confianza y la profesionalidad son claves para alcanzar los principales objetivos de apoyo y fomento de la autonomía en las actividades básicas e instrumentales de la vida diaria.

- ¿A quién va dirigido vuestro servicio de atención a la dependencia?

Nos dirigimos a todas aquellas personas que, por diferentes circunstancias, pueden necesitar de atención, continuada o puntual, tanto en el domicilio, como en hospital, en acompañamientos a centros médicos o instituciones, acompañamientos en residencias, gestiones de calle, etc.

Ofrecemos servicios de atención personal para personas dependientes, apoyando y fomentando su autonomía en las actividades de la vida diaria. También prestamos apoyo en tareas de servicio doméstico: mantenimiento del hogar, mantenimiento de la ropa (lavar, tender, planchar), hacer compra, elaboración de comida... Además, asesoramos acerca de los diferentes recursos y/u opciones existentes en nuestra comunidad, según cada caso y situación.

Asimismo, Transforma gestiona el Servicio de Jubiloteca en varios ayuntamientos. Se trata de un programa de actividades para atender a personas con dependencia moderada en su propio entorno local y que actúa como herramienta de prevención de la dependencia severa realizando actividades que permiten desarrollar la autonomía funcional y prevenir el deterioro cognitivo y físico.

- ¿Qué pasos realizáis desde Transforma para comenzar la atención a una persona dependiente?

En primer lugar realizamos una



De izquierda a derecha: **Edurne Petrerena, Yolanda García y Ana Fernández, equipo de gestión de Transforma.**

visita en el domicilio donde vamos a realizar la intervención. Nos parece importante conocer a las personas que vamos a atender, su entorno y su necesidad. Con estos datos procuramos ajustar, en la medida de lo posible, el perfil de la profesional al servicio a realizar.

En segundo lugar, y teniendo en cuenta la prevención de riesgos, informamos y recomendamos, según la necesidad, de las diferentes ayudas técnicas existentes en el mercado (asideros para el baño, sillas para ducha y bañeras, calzas para las camas, etc.) que facilitarían la movilidad de las personas y el mejor desarrollo de alguna de las actividades en el domicilio.

Después, en el día a día, la trabajadora se encargará de ir supervisando y mejorando todo aquello que considere oportuno para el mejor desarrollo de la intervención.

Realizamos un seguimiento continuado porque valoramos que es la manera correcta para la detección de incidencias y el logro de objetivos. Mantenemos la comunicación con la familia para que el servicio sea integral. Informamos en todo momento de cualquier detalle o incidencia que pudiera ocurrir.

- ¿Quiénes forman Transforma?

El equipo está formado por 35 trabajadoras familiares, 4 técnicas

de jubiloteca y 3 personas en el equipo de coordinación. Estamos en contacto directo con personas con unas necesidades concretas, por lo que nuestro trato es amable, agradable y de confianza. De este modo, conseguimos alcanzar nuestros propósitos de mejorar la vida de las personas en situación de dependencia y lograr un alto grado de satisfacción entre las personas usuarias de nuestros servicios.

- Cuando una familia se encuentra con la necesidad de atender a un familiar dependiente y os llama, ¿cómo le atendéis?

En primer lugar les dirigimos a la trabajadora social de la Unidad de Barrio o de su centro de salud, ya que ella podrá informarle de los recursos a los que puede acceder. Asimismo, les ofrecemos información y asesoramiento sobre asociaciones a las que pueden recurrir, dependiendo de cada caso.

Como Transforma, les explicamos que contratar nuestros servicios tiene el valor añadido de que su familiar va a estar atendido por una trabajadora cualificada, que el servicio se realizará en todo momento, garantizando la continuidad y que el contacto entre trabajadora, empresa y familia tiene un objetivo común, trabajar por la autonomía de la persona y su bienestar.

TERCERA EDAD

Las personas mayores necesitan cariño y atención especializada

La geriatría es el estudio de la prevención, el diagnóstico, el tratamiento y la rehabilitación de las enfermedades en las personas de la tercera edad

Hacerse cargo del cuidado de una persona mayor es una labor muy importante para la que hay que saber prepararse. De ello dependerá no solo su salud física sino también mental. El calor de la familia es sin duda una de las mejores medicinas para infundir las ganas de vivir a nuestros mayores pero, además, necesitan una atención especializada.

En este sentido, uno de los primeros pasos que deben dar los familiares a cargo de una persona mayor es la planificación y análisis de la situación con un prisma objetivo. ¿Qué cuidados específicos necesita? ¿Requiere de atención las 24 horas? ¿Hay que hacer obras en la vivienda para que sea accesible? ¿Quién se va a hacer cargo de él? ¿Pueden repartirse las tareas entre varios familiares? Y así, un largo etcétera de preguntas cuya respuesta planteará dos direcciones, el alojamiento del mayor en una residencia próxima al entorno familiar o su atención en casa.

En los casos en que el paciente necesite unos cuidados médicos específicos y, sobre todo, de atención diaria durante las 24 horas, la residencia es la solución más idónea tanto para el paciente, que estará médicamente supervisado, como para las familias cuya rutina diaria no será modificada drásticamente, más allá de acudir a visitarle con regularidad.

Atención geriátrica

Sin embargo, cuando la persona no es totalmente dependiente o no está gravemente enferma, la mejor opción es la convivencia con la familia. Cierto es que implica múltiples y variadas tareas y responsabilidades, así como grandes dosis de tiempo y esfuerzo, pero con la colaboración de todos los familiares y el asesoramiento y ayuda de expertos es posible conseguir una situación cómoda para todos.

La geriatría es la especialidad



CEDIDA

El cariño de la familia es la mejor medicina para nuestros mayores.

médica que se dedica al estudio de la prevención, el diagnóstico, el tratamiento y la rehabilitación de las enfermedades en las personas de la tercera edad. Los geriatras trabajan en hospitales, residencias, servicios sociales y empresas privadas. Hoy en día, las familias pueden acceder a ellos según sus necesidades.

Los servicios de atención geriátrica a domicilio o en los centros de día ayudan a las familias a reorganizar el entorno familiar para que el cuidado de una persona mayor no sea un paso traumático. Por ejemplo, en el caso de que no se pudiera dejar solo en casa, y los familiares que se encargan habitualmente de él quisieran salir a cenar o tuvieran que acudir al hospital o cualquier otra necesidad, podrían contratar a una persona para que acudiese durante unas horas.

De hecho, las empresas de atención geriátrica ofrecen diferentes servicios a la carta para atender cualquier caso: aseo e higiene personal (encamado o no), movilidad básica (levantarse o acostarse, dar paseos), asesoramiento dietético y nutricional, y funciones sanitarias básicas (cambios posturales, acompañamientos a centros de salud, control de medicación con la colaboración de personal sanitario y farmacéutico). En definitiva, todo lo necesario para conseguir que viva en un entorno familiar pero con atención especializada.

ATENCIÓN A DOMICILIO

SERVICIO DOMÉSTICO

T 948 136 141

www.cuidamospersonas.es



TRANSFORMA
CUIDAMOS PERSONAS

COLABORA



PROMUEVE



COFINANCIAN



CLÍNICA ÍNTEGRA, ESTÉTICA Y SALUD DENTAL

La continúa búsqueda hacia una sonrisa bonita

La Clínica Íntegra apuesta por una estética dental integral gracias a novedosos tratamientos diseñados para mejorar el aspecto de la boca

La sonrisa es el 60% del aspecto de nuestro rostro, además de una de las expresiones faciales que más desarrollamos en nuestra vida social, ya que resulta esencial para transmitir emociones positivas entre los individuos.

Por este motivo, la Clínica Íntegra va más allá de la salud bucodental y apuesta por una estética dental integral, con tratamientos diseñados para mejorar el aspecto de la boca. ¿El resultado? Una mejora significativa de la autoestima y de la calidad de vida del paciente. *“Está demostrado que las personas que muestran una sonrisa bonita, con unos dientes sanos y cuidados, al resultar más atractivas, están más satisfechas con su imagen, se sienten más seguras de sí mismas y proyectan ese sentimiento en los demás”*, señala la Dra. Carolina Arias, licenciada en Odontología, con posgrado en Estética Dental por la Universidad de Nueva York y directora de la Clínica Íntegra, situada en la calle Sancho Ramírez 29 de Pamplona.

De hecho, diversos estudios científicos avalan estas afirmaciones, ya que indican que los individuos con apariencia facial atractiva son considerados socialmente más cualificados, más deseados como amigos y más exitosos en el ámbito profesional.

Como consecuencia de todos los beneficios que otorga tener una boca sana y cuidada, la población cada vez demanda más tratamientos relacionados con los servicios que ofrece la Odontología Estética. De hecho, durante el año 2014, un 42% de los pacientes que acudieron por primera vez a Clínica



CEDIDA

La doctora Carolina Arias Chavarría, directora de la Clínica Íntegra, Estética y Salud Dental.

Íntegra tenían como motivación principal de su visita la mejora de su estética dental, lo que supone un 15% en comparación a las estadísticas del año 2013.

Blanqueamiento dental

Entre los tratamientos estéticos más demandados por los pacientes que acuden a Íntegra destaca el blanqueamiento. Hoy en día, sustancias como el café, el tabaco, el té, el exceso de flúor, así como el consumo de ciertas bebidas y alimentos, provocan el oscurecimiento del diente y la pérdida de brillo y vitalidad. En respuesta a este pro-

blema, Íntegra, Estética y Salud Dental ofrece un tipo de blanqueamiento llamado 'Zoom', que destaca por su sencillez y eficacia. Se trata de un tratamiento que puede aclarar de tres a ocho tonos en una única sesión de 45 minutos y que, con el mantenimiento adecuado, da lugar a una sonrisa perfecta que puede durar años. Eso sí, tal y como recomienda la doctora Carolina Arias, se trata de un tratamiento que debe estar realizado por profesionales, en clínicas dentales.

Otro problema bastante común que los pacientes suelen

presentar y que buscan corregir en este centro pamplonés es la llamada maloclusión, que hace referencia al mal alineamiento de los dientes. Para solucionar este problema, la Clínica Íntegra siempre presenta una solución. *“La gente no solo recurre a la ortodoncia a causa de problemas de salud dentales y funcionales, sino también debido al impacto físico, social y psicológico negativo que provoca este trastorno”*, señala la doctora Arias según su experiencia y los estudios realizados al respecto.

Diseño de Sonrisa

Esta creciente preocupación por la estética y la salud dental es la que lleva a Íntegra a ofrecer diversos tratamientos como el blanqueamiento, las carillas o la ortodoncia invisible, destinados a mejorar la sonrisa. En este centro todo comienza con un estudio personalizado de cada caso en particular. Se realiza un examen clínico del estado de la salud general y bucodental del paciente, seguido de un estudio estético de la boca para el que aplica una técnica llamada 'Diseño de Sonrisa', que relaciona ese estudio estético de la boca con el rostro del paciente. Para que el resultado sea satisfactorio, esta técnica tiene en cuenta múltiples factores: el tamaño, el contorno, la proporción, la simetría de los dientes, así como la relación de éstos con la encía, los labios y la cara del sujeto.

Por último, en Clínica Íntegra se encargan de elaborar el plan de tratamiento personalizado a seguir, que puede abarcar diversas áreas de la odontología, siempre con el objetivo de reestablecer de una manera integral la salud, la función y la estética de la boca.

Tratamientos dentales

Blanqueamiento Zoom

El blanqueamiento dental es uno de los tratamientos más demandados ya que el café, el tabaco y algunos alimentos hacen que los dientes se oscurezcan con el tiempo y pierdan brillo y vitalidad. La doctora Carolina Arias solo recomienda el blanqueamiento realizado por profesionales.

Ortodoncia invisible

Es una nueva forma casi invisible de alinear los dientes. Por su gran eficacia, este sistema puede utilizarse en gran parte de los casos que tradicionalmente se trataban con los llamados brackets. Este tipo de ortodoncia se basa en una serie de alineadores dentales transparentes y removibles, que progresivamente corrigen y enderezan la posición de los dientes de manera más cómoda.

Carillas

Las carillas estéticas son finas capas de un material sintético que se fusionan con la cara frontal de los dientes para corregir problemas de color, forma, tamaño, posición y alineación que afectan la estética de la sonrisa. Las carillas de composite pueden fabricarse directamente sobre el diente en pocas citas, sin necesidad de desgastar los dientes y sin anestesia. El mecanismo de adhesión es similar al de un empaste. Las carillas de cerámica son láminas de porcelana que se realizan en colaboración con el técnico de laboratorio, tienen mayor durabilidad, pero requieren desgaste de la capa superficial del diente.

Implantes dentales

Es el tratamiento ideal para sustituir los dientes perdidos de la forma más natural, permitiendo masticar con total comodidad, sonreír y hablar con mayor seguridad mejorando la calidad de vida de los pacientes. El estudio y planificación personalizada es clave para ofrecer la mejor solución en cada caso.

Íntegra
Estética y salud dental

- Ortodoncia invisible
- Blanqueamiento
- Carillas estéticas
- Implantes dentales



CARLOS CONCEJO, CIRUJANO MAXILOFACIAL

“Los implantes dentales pueden durar toda la vida”

Cada vez damos más importancia a la encía para que el implante quede bien sellado y no se produzcan complicaciones

Reconocido como uno de los 50 especialistas españoles más valorados por otros médicos según el portal Top Doctors, Carlos Concejo Cútoli desvela los últimos avances en implantología, una especialidad a la que lleva dedicado más de 20 años. Según detalla el experto, hoy en día es más importante recuperar la calidad de la encía que el hueso.

“Los pacientes están muy preocupados por la falta de hueso, cuando en realidad lo que necesitamos es recuperar la calidad de la encía”, asegura. “Un implante, -continúa-, lo puede poner cualquiera, pero nos puede dar muchos problemas en el futuro que obliguen a sustituirlo en un plazo no muy largo de tiempo”.

Por eso, subraya la importancia de ponerse en manos de un especialista que coloque un implante de buena calidad en el sitio adecuado velando por la salud de la encía, así como hacer una revisión anual al paciente para prevenir problemas futuros. El objetivo es que no haya que sustituir ese implante nunca y que el paciente no sufra complicaciones derivadas de esta intervención.

- ¿Cuál es la importancia de sustituir un diente perdido?

Los dientes son imprescindibles para masticar y si faltan, no solo se producen problemas digestivos sino que también provoca el movimiento de los dientes sanos, la pérdida del hueso y de la encía en los maxilares y un envejecimiento facial precoz.

- ¿Por qué unos implantes dentales dan problemas y otros no?

No siempre sabemos el porqué, pero desde luego para que un implante no de problemas durante muchos años, se debe de poner uno de muy buena calidad. Además, hay que colocarlo muy bien, en el sitio adecuado, mantener una higiene estricta y acudir a una revisión anual para tratar las complicaciones a tiempo.

Unido a todo esto, cada vez damos más importancia a la encía en los casos de éxito. Hay dos tipos de



CEDIDA

Carlos Concejo, cirujano maxilofacial.

encía: la fija pegada al hueso y la móvil que suele ser más fina. La fija es más gruesa e impide que la comida se meta entre la encía y el implante. Al perder los dientes, se acaba perdiendo la encía fija y es

LOS PACIENTES ESTÁN MUY PREOCUPADOS POR LA FALTA DE HUESO, CUANDO EN REALIDAD LO QUE NECESITAMOS ES RECUPERAR LA CALIDAD DE LA ENCÍA

muy probable que si colocamos un implante sin tener encía fija, aparezcan los problemas: inflamación, infecciones, molestias... Y al final, al cabo de unos años, hay que cambiar el implante e intentar recuperar la encía.

- ¿Qué sucede en los casos en los que se ha perdido la encía?

Podemos recuperar la encía buena mediante injertos de encía. Esta se puede coger del paladar o de la zona que está detrás de las muelas que es donde más encía fija hay.

- ¿Y si se ha perdido el hueso?

El hueso cada vez supone un menor problema para los implantes. Hoy en día incluso en casos de muy poco hueso podemos colocar implantes. En el maxilar superior cuando no hay hueso usamos

unos implantes llamados cigomáticos que son más largos y llegan hasta el hueso de los pómulos de forma que podemos reponer los dientes en todos los casos.

Antes, de hecho, se hacían más injertos de hueso y hoy cada vez se hacen menos porque no hace falta y, sin embargo, cada vez utiliza-

TOP DOCTORES “
UNA PLATAFORMA ON
LINE QUE REÚNE A LOS
ESPECIALISTAS MÁS
REPUTADOS DE ESPAÑA Y
DE ESTADOS UNIDOS

mos más injertos de encía porque es lo realmente importante para que los implantes vayan bien a lo largo del tiempo.

- ¿Cómo es la intervención?

En 24 horas podemos poner los implantes y los dientes incluso en casos extremos. Antes, en los casos en que no había hueso, se tardaba casi un año porque primero era el injerto de hueso, luego los implantes... Ahora en un día podemos poner ambos e incluso la encía, gracias a los avances de la tecnología y a que tenemos mucha más experiencia que antes.

- ¿Y la recuperación?

La recuperación, incluso cuando reponemos todas las piezas dentales, es muy rápida. En muchos casos realizamos la operación con sedación, por lo que el paciente está dormido y no se entera de nada. Al día siguiente ya puede volver a su rutina diaria con mínimas molestias.

- ¿Podría ser el adiós definitivo

a la dentadura postiza?

No creo que desaparezca porque los primeros años funciona en muchos casos y hay gente que la lleva porque es económica y cómoda, pero sí que es verdad que con el paso del tiempo se va perdiendo la encía y la dentadura ya no se sujeta bien. Esto provoca problemas al masticar, dolor e inseguridad porque se mueve y no pueden comer, ni hablar, ni sonreír... Y al final, terminan barajando la idea de sustituirla por una dentadura sujeta por implantes.

- ¿Cómo se realiza el cambio a una dentadura de implantes?

Puede hacerse gradualmente, sustituyendo cada diente perdido por otro, conforme se van perdiendo; o al completo en una sola intervención cuando todos los dientes están mal.

- ¿Qué se siente al ser elegido por la comunidad médica de Top Doctors como uno de los 50 doctores más recomendados por otros doctores?

Es un orgullo ser reconocido por mis compañeros en una especialidad tan poco conocida y en una provincia relativamente pequeña, sobre todo, porque Top Doctors es una plataforma on line que reúne a los especialistas de primer nivel más reputados de España y de Estados Unidos de todas las especialidades.

- ¿Por qué cree que ha sido nominado?

La pregunta que nos hacían en la encuesta de Top Doctors era: “¿A qué doctor confiaría su salud o la de su familia?”. Haber sido mencionado en esa respuesta por doctores de todas las especialidades supone que tienes un prestigio entre tus compañeros y que reconocen de este modo que estás haciendo las cosas bien.

CLÍNICA CROSS

cirugía avanzada



Dr. Ricardo Ruiz de Erenchun Purroy
CIRUGÍA PLÁSTICA Y ESTÉTICA

Dr. Carlos Concejo Cútoli
CIRUGÍA ORAL Y MAXILOFACIAL
IMPLANTES DENTALES

clinicacross.es

Plaza Europa 13. Ciudad del transporte | Imarcoain
T 948 85 36 68 | info@clinicacross.es