

# más salud

suplemento publicitario

EL DIARIO VASCO  
SEPTIEMBRE DE 2016



## Smartphones

Su uso ha generado el nacimiento del 'Síndrome del cuello roto', una dolencia que puede derivar en cefaleas

## Quirónsalud Gipuzkoa

Con sus centros Policlínica Gipuzkoa y Hospital de Día Quirónsalud Donostia, es un referente de la sanidad privada en el territorio

## Atención de calidad

La sinergia Onkologikoa-Logik supone más servicios, unas modernas instalaciones y un equipo profesional más amplio

## Medicina en equipo

Sendagrup, un claro exponente de la medicina en equipo con la Traumatología como una de sus especialidades

## SALUD UROLÓGICA DE LA MUJER Y EL HOMBRE



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

¿Y si tu problema no fuera un problema?

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

Consulta San Martín 15 | Consulta Onkológica (Ortopedia 24hrs)

943 43 45 95

Consulta online cualquier duda de forma anónima con **HIPOCRAtech** de Madina & Azparren

logik

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

## TAMBIÉN PARA ELLOS

La fotodepilación médica con el laser de diodo de última generación con lector de melanina es el tratamiento diario de más éxito entre el sector masculino.

Ayuda a mantener un aspecto sano, además de aumentar la seguridad y positividad con tratamientos poco invasivos

## UNA MEDICINA PARA SU SALUD Y BIENESTAR



Dra. Marian  
Zalakain

Responsable  
de la unidad  
de Medicina  
Estética

Centro Médico Amara

La medicina estética nos ayuda a mantener un aspecto sano y saludable, es una herramienta útil que nos ayuda a enfrentarnos con mayor positividad y seguridad a nivel social y laboral. Por este motivo, la medicina estética es salud y bienestar.

La medicina estética es la medicina general de los problemas estéticos, una disciplina en constante evolución gracias al continuo descubrimiento de nuevas técnicas, aparatos y materiales que son resultado de innovadores avances científicos que incrementan la calidad y los resultados de los tratamientos y la seguridad del paciente que lo recibe. Además, requiere por parte de los profesionales que la practican una constante formación continuada.

El paciente, cuando acude a nuestra consulta, no pide grandes cambios; el objetivo primordial es sentirse bien y estar mejor por fuera y por dentro. En Centro Médico Amara, la doctora Zalakain cuenta con un equipo multidisciplinar y con amplia experiencia para tratar con eficacia tanto tratamientos faciales como corporales. El día a día de la medicina estética hace referencia a tratamientos poco agresivos y efectivos que requieren continuidad. Buscamos la prevención, la salud y el bienestar a través de pequeños cuidados y retoques. El envejecimiento es inevitable y no lo podemos detener, pero sí enlentecer.

La filosofía de nuestra consulta radica en hablar con el paciente y escuchar sus necesidades para ofrecer una o varias alternativas de tratamiento, por nuestra experiencia sabemos que cada cara es diferente, cada cuerpo es diferente y el mismo problema se puede abordar de forma diferente con éxito.

Los tratamientos corporales con más éxito son los que inciden en la silueta corporal para tratar el sobrepeso, la obesidad, los problemas dietéticos—nutricionales y las intolerancias alimentarias, y los problemas derivados de ellos, como son las adiposidades localizadas, la celulitis, la flacidez y las estrías principalmente.

Y en los tratamientos faciales, el rejuvenecimiento facial es lo más demandado entre nuestros pacientes. Para ello, infiltramos sustancias como vitaminas, ácido hialurónico, factor de crecimiento, toxina botulínica, diferentes productos de relleno e

hilos de sujeción. En definitiva, todo lo que ayude a engrosar la dermis y a mantener la piel en las mejores condiciones, contribuye en la prevención de lesiones.

No debemos pasar por alto tratamientos para las alteraciones pigmentarias y la utilización de los diferentes lasers (Alejandrita, diodo de última generación para depilación, diodo vascular, Q-switched...).

La fotodepilación médica con el láser de diodo de última generación con lector de melanina es el tratamiento diario de más éxito entre el sector masculino.

El canon de belleza ha cambiado en los últimos años. Es importante recalcar que se trata de una medicina multidisciplinar que debe abordarse de forma individualizada, con la realización de un buen diagnóstico y un tratamiento personalizado se potencian los resultados del mismo y se gana eficacia. Si además se establecen unas normas de comportamiento general que el paciente pueda seguir en el futuro, los beneficios se prolongan en el tiempo.

El paciente no pide grandes cambios; quiere sentirse mejor por dentro y por fuera



Nuevas técnicas contra las varices

## MENOS INVASIVAS, MÁS RÁPIDAS Y MUY EFICIENTES



Dr. J. Luis Monfort

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

Centro Médico Amara

### UNA ENFERMEDAD DE ALTA PREVALENCIA

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

Es fundamental adoptar medidas de prevención y aplicar hábitos saludables, sobre todo en aquellas personas que tienen una predisposición genética, que llevan una vida sedentaria, que tienen sobrepeso o ejercen una profesión que les obliga a permanecer largas horas de pie o sentado, que tienen problemas hormonales o están embarazadas.

Por otra parte, cabe destacar asimismo que resulta imprescindible diagnosticar la Insuficiencia Venosa de una manera adecuada y la única manera de hacerlo es mediante una prueba de exploración venosa con Ecodoppler.

### ETAPA DE GRANDES CAMBIOS

Estamos en una etapa de grandes cambios en el tratamiento de las varices primarias. A los procedimientos quirúrgicos abiertos se han agregado técnicas ablativas endovasculares como el láser, la RF, la esclerosis ecoguiada con foam, los adhesivos endovenosos, el vapor de agua y la técnica ClariVein... Son opciones terapéuticas más selectivas que pueden realizarse ambulatoriamente y que están demostrando una gran eficacia y una mínima incidencia de efectos secundarios.

Indudablemente, es imprescindible individualizar cada paciente y utilizar las diferentes opciones terapéuticas con rigurosidad, dado que no existen tratamientos milagrosos para las varices y dada su elevada recurrencia es muy importante su correcto seguimiento.



RPS 174/07

#### • DIETÉTICA Y NUTRICION

**Dra. Zalakain**

- Dietas personalizadas
- Dietas de aporte proteico
- Estudio de los alimentos
- Histaminosis alimentaria

#### • MEDICINA ESTETICA

**Dra. Zalakain**

##### • ESTÉTICA FACIAL

- T. botulínica
- Manchas
- Arrugas
- Surcos
- Flacidez
- Rellenos
- Hidratación
- Cuperosis
- Rosácea, acné

##### • ESTÉTICA CORPORAL

- Celulitis
- Flacidez
- Laserlipolisis
- Intralipoteraia no invasiva

##### • LASERES MEDICOS

- Fotodepilación médica
- Láser vascular
- Rejuvenecimiento facial
- Tatuajes

#### • FLEBOLOGIA (Varices, enfermedades de las venas)

**Dr. J. L. Monfort**

##### • ESTUDIO Y TRATAMIENTO DE ENFERMEDAD VENOSA

- Varices y sus complicaciones
- Patología Estética Vascular

##### • ECOGRAFIAS VASCULARES

Cirugía Menor Ambulatoria

**Dra. A. de Frutos**

Cirugía Plástica. Reparadora y Estética

**Dr. O. Villafañe**

Análisis Clínicos. Ecografías. Chequeos Médicos

**Dr. Uriarte**

Rehabilitación. Fisioterapia. Ozonoterapia

**A. Abarrategui**

*Calle Javier Barkaiztegi, 23*

*Entresuelo A-B*

*20010 San Sebastián*

*Tel. 943 45 02 59 / 943 45 01*

*03 - Fax 943 45 73 82*

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

[cma@cmedamara.com](mailto:cma@cmedamara.com)

