



**Nueva Unidad de Neurociencias clínicas con el equipo del Dr. Adolfo López de Munain**

**Conoce los avances más actuales en Oftalmología integral para todas las edades**

**Vuelven las Aulas de Salud presenciales y on line**

# Por si nos necesitas

Te acercamos en condiciones más ventajosas pequeñas intervenciones frecuentes



# Vuestro espacio personal para la salud

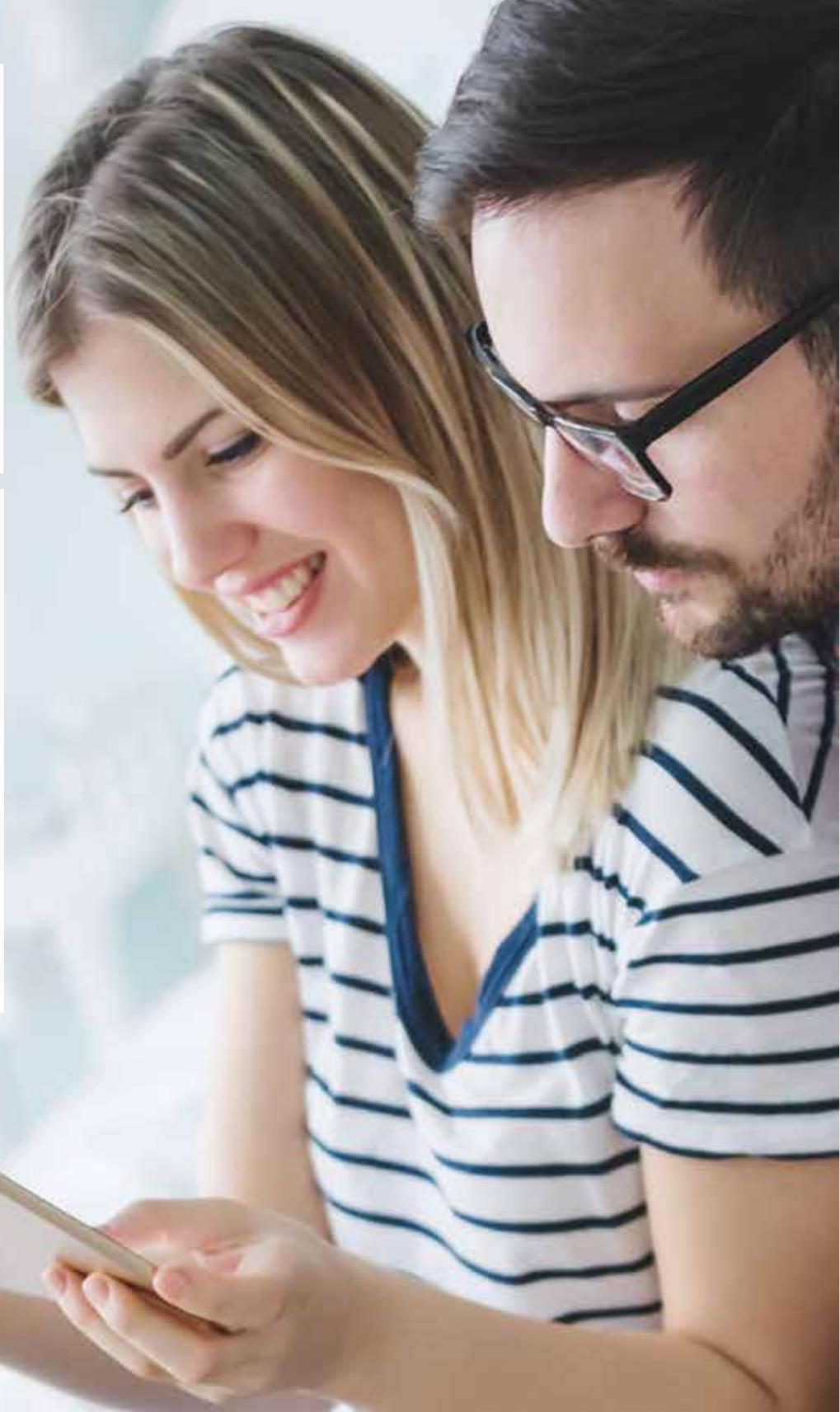
## Portal del Paciente.

El portal de Juan y Ana.

Gestiona tu salud de forma online:

- Petición de citas online.
- Descarga de resultados, análisis e informes.
- Acceso único para gestión familiar.
- Comunicación directa con tu médico.

**Date de alta en [quironsalud.es](http://quironsalud.es) y descárgate la APP**



# Sumario

## 04 Breves

Te presentamos la nueva campaña "Por si nos necesitas" que acabamos de lanzar en Quirónsalud

## 05 Breves

Implante capilar, mejor aquí que en el extranjero

## 06 Aulas de Salud

¿Cómo es posible que diagnostiquemos tan pocos casos de cáncer de pulmón y en estadios tan avanzados?

## 07 Aulas de Salud

Próximas Aulas sobre traumatología y obesidad

## 08 Neurociencias

Nuevo Servicio de Neurociencias Clínicas

## 10 Servicio de Traumatología

Entrevista a los doctores del equipo del Dr. Cuéllar

## 12 Servicio de Urología

Entrevista a los Dres. Josean Rodríguez y Gregorio Garmendia

## 14 Información COVID

Dra. Idania de los Santos y Dr. Iñaki Ayesa

## 17 Unidad de Reproducción Asistida

Embarazo en tiempos de COVID-19

## 18 Servicio de Oftalmología

Cirugía de cataratas y ojo seco

## 20 Servicio de Medicina Estética

Entrevista al Dr. Elías del Río

## 21 Cirugía Plástica

Entrevista al Dr. Orozco

## 22 Opinión

Dr. Joaquín Fuentes



Policlínica Gipuzkoa

Grupo Quirónsalud



Dr. Ignacio Gallo  
Presidente  
de Policlínica Gipuzkoa

## Editorial

### Hay que vacunarse contra el covid

El año 2020 ha tenido muchos momentos memorables. Pero sobre todo perdurará en nuestra memoria como el año de la pandemia y el confinamiento por Covid. La buena noticia sin embargo es que justo antes de terminar el año contamos con varias vacunas que nos permitirán obtener la inmunidad de grupo (lo de rebaño suena mal ¿verdad?) más pronto que tarde.

Desde estas líneas quiero animarles a que se vacunen cuando les llamen para ello. Las dos vacunas que llegan a Euskadi, la de Moderna y la de Pfizer, son vacunas que han superado todos los exámenes y que ofrecen todas las garantías. Ambas presentan una efectividad del 95% que es algo extraordinario, si tenemos en cuenta que la vacuna habitual contra la gripe tiene una eficacia en torno al 60%, dependiendo del año y la cepa.

La vacuna forma parte de nuestro deber como sociedad. Para protegernos y para proteger. Para tener una inmunidad colectiva pero no a base de bajas. Si se ha volcado la comunidad científica, se han dedicado cientos de horas a la investigación y se han invertido miles de millones de euros para tener una respuesta ante el SARS-CoV-2 deberíamos acoger las vacunas como agua de mayo.

#### EDITA

Policlínica Gipuzkoa, S.A.  
Pº Miramón, 174  
20014 San Sebastián - Gipuzkoa  
T 943 002 800  
www.policlinicagipuzkoa.com

#### TIRADA

1.000 ejemplares

#### DISEÑO Y MAQUETACIÓN

lasenoramanuela.com

#### FOTOGRAFÍA Y VIDEO

Acento Comunicación

#### DEPÓSITO LEGAL

SS-0149/03

ISSN 2445-0944

Publicación cuatrimestral de información sanitaria para su distribución gratuita. Se autoriza la reproducción total o parcial siempre que se cite la fuente.

Los artículos de opinión y citas de profesionales aquí publicados reflejan la opinión de los autores. Policlínica Gipuzkoa y el Grupo Quirónsalud no se responsabilizan necesariamente de los criterios en ellos expuestos.



Patrocinador Oficial y  
Centro Médico  
de la Real Sociedad

# Por si nos necesitas

## Te acercamos en condiciones más ventajosas pequeñas intervenciones frecuentes

Quirónsalud ha identificado aquellos estudios, pruebas o pequeñas cirugías más demandados para facilitar su acceso ofreciendo para ello condiciones más asequibles para estos tiempos.

El equipo de Quirónsalud País Vasco está trabajando en una campaña de intervenciones frecuentes y dentro de este esfuerzo colectivo os vamos a ir presentando las novedades y ofertas en intervenciones de hemorroides, varices, hernia inguinal, vesícula biliar, artroscopia de cadera, artroplastia de rodilla, cirugía de cataratas, etc.

Hemos arrancado ya con la cirugía de cataratas, donde ofrecemos la posibilidad excepcional de poder realizar este tratamiento sin listas de espera y con las habituales facilidades de pago.

### CATARATAS

- Primera visita gratuita si se realiza la intervención. Precio de la consulta sin intervención 50€.
- Precio intervención: 1.900€/ojo (lente monofocal simple. Con otras lentes a valorar incremento de precio según lente).
- Precio con lente multifocal: desde 2.550€.

Estas campañas podrás seguirlas en radio, prensa y medios digitales como nuestra web. Te animamos también a seguirnos en nuestras redes sociales de Facebook, Twitter e Instagram y a multiplicar su efecto.

Son pequeñas intervenciones, pero te pueden cambiar la vida.

Estad atentos porque os iremos compartiendo la información a través de la web.



# Implante capilar, mejor aquí que en el extranjero



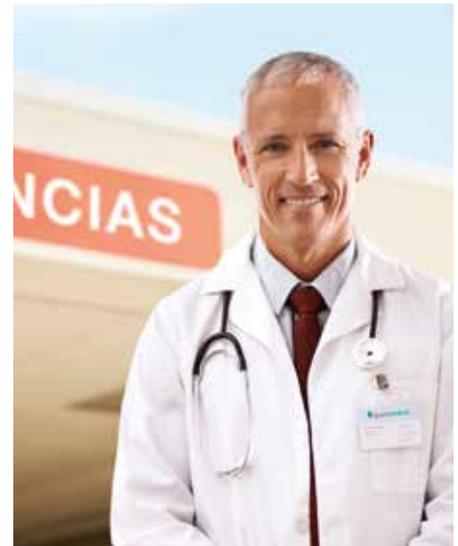
El Estado español es el segundo en liderar la incidencia de personas que padecen alopecia androgénica. Esta condición, en la que se produce una pérdida generalmente irreversible de pelo, afecta ya al 50% de la población a partir de los 50 años. La pandemia no ha supuesto una barrera para aquellas personas que desean volver a ver su cuero cabelludo frondoso. Ana González, de la Unidad de Implante Capilar y del Servicio de Dermatología de Policlínica Gipuzkoa afirma que “extremamos la protección y se realizan tests PCR previos”.

La especialista considera que “siempre conviene realizar cualquier intervención en un lugar seguro, donde se pueda obtener una respuesta inmediata ante cualquier complicación”, por lo que se desaconseja acudir al extranjero. Además, es importante que “el seguimiento sea realizado por el mismo profesional que ha realizado el tratamiento”, prosigue González, y

añade: “Realizamos un seguimiento presencial desde el primer día hasta el año posterior al tratamiento y tenemos una conexión telefónica continuada”.

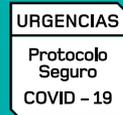
Aunque no hay una edad estipulada para la intervención “se desaconseja antes de los 25 años”, comenta Ana González. “La evolución actual del trasplante capilar es hacia la técnica FUE más depurada, para obtener los mejores folículos”, sostiene, así pueden lograr que “la implantación y el crecimiento sean prácticamente del 100%”, gracias a que cuentan “con verdaderos expertos en tricología y dermatología”, concluye la experta.

Escanea este código QR con tu móvil para ver el video ¿Por qué conviene hacerse un trasplante capilar aquí y no en el extranjero?



Preparados para cualquier urgencia, preparados para ti

Urgencias 24 horas



quirónsalud  
La salud persona a persona

01  
02  
03  
04  
05  
06  
07  
08  
09  
10  
11  
12  
13  
14  
15  
16  
17  
18  
19  
20  
21  
22  
23  
24

# ¿Cómo es posible que diagnostiquemos tan pocos casos de cáncer de pulmón y en estadios tan avanzados?

Biriketako minbizia da mundu osoan minbiziak eragindako lehenengo heriotza-kausa, bai gizonen artean, bai emakumeen artean; eta errealitate hori bera gertatzen da Gipuzkoan ere. Bost espezialitate: kirurgia torazikoa, pneumologia, barne-medikuntza, erradiologia eta onkologia medikoa. Talde horrek biriketako minbizia hasierako faseetan diagnostikatzeko aukera gidatuko du, detekzio goiztiarreko programa baten bidez.



**Dr. José Miguel Izquierdo y Dra. Laura Basterretxea**  
Cirujano Torácico y Oncóloga Médica de Policlínica Gipuzkoa.

Cinco especialidades: cirugía torácica, neumología, medicina interna, radiología y oncología médica conforman el equipo que lidera la posibilidad de diagnosticar el cáncer de pulmón en estadios iniciales, mediante un programa de detección precoz. Este programa incluye una consulta de medicina interna, una espirometría y test de difusión, un TAC torácico de baja radiación y una consulta con oncología médica, además de un seguimien-

**“Nuestro objetivo es poder invertir esta tendencia y mejorar la supervivencia de los pacientes con cáncer de pulmón”.**

to de los pacientes que se incorporen al programa, aunque no se haya detectado ningún tumor.

Este tipo de pruebas diagnósticas se recomiendan especialmente a pacientes que lleven fumando 1 cajetilla diaria por lo menos 30 años o 2 cajetillas al día durante 15 años, así como para exfumadores que dejaron de fumar en torno a hace una década.

En palabras del cirujano torácico, José Miguel Izquierdo, “aproximadamente el 75% de los casos de cáncer de pulmón que se diagnostican en Gipuzkoa se encuentran en fase avanzada, lo que impide que se puedan operar. De tal forma que los cirujanos solamente podemos operar un 25% de los diagnosticados actualmente, ya que la cirugía la realizamos en los estadios iniciales de la enfermedad”. “Nuestro objetivo con este programa -explica- es poder invertir esta tendencia y mejorar la supervivencia de los pacientes con cáncer de pulmón” afirma el cirujano torácico José Miguel Izquierdo.

El cáncer de pulmón es la primera causa de muerte por cáncer en todo el mundo, tanto en hombres como en mujeres; y esta misma realidad se registra en Gipuzkoa.

Si bien antes la incidencia de cáncer de pulmón era mayor en hombres, sobre todo a partir de los 55 años de edad; en la actualidad también afecta a mujeres por igual a partir de esta misma edad. En palabras de José Miguel Izquierdo “hay que seguir insistiendo a la población en la necesidad de abandonar el tabaquismo y promover los programas de deshabituación tabáquica para facilitárselo”.

# No te pierdas las próximas Aulas de Salud sobre traumatología y obesidad

En el próximo Aula de Salud de marzo trataremos de dar respuesta a las múltiples preguntas que a menudo nos hacemos sobre el desgaste de los huesos, el fallo de las articulaciones, los dolores en rodilla, hombro, cadera, y cómo se pueden tratar. ¿Hay algún tipo de vitaminas o tratamientos que me pueden ayudar a envejecer mejor? ¿Qué tipo de ejercicio me ayuda y cuál me hace daño?

A estas y otras preguntas atenderán el equipo de traumatólogos que lidera el doctor Ricardo Cuéllar en el próximo Aula de marzo, que como siempre, será un evento híbrido para facilitar el acceso a la charla con los especialistas y al coloquio posterior tanto de forma presencial, como a través del Canal de YouTube del Aquarium en streaming, es decir, en directo. Como siempre, al día siguiente, lo publicaremos en los canales de YouTube de Policlínica Gipuzkoa y Quirónsalud donde puedes ver todas nuestras Aulas.

El Aula de Salud de mayo, por su parte, abordará el tema de la obesidad, muy en boga porque la actual pandemia lo ha situado en el punto de mira. Aquellas personas que padecen sobrepeso y obesidad tienen más riesgo de desarrollar diversas patologías y de sufrir consecuencias en caso de enfermar por coronavirus.

José Luis Elósegui, cirujano general y Juan Ignacio Arenas, especialista en digestivo explicarán las causas y los factores asociados al desarrollo de esta patología considerada ya como pandemia mundial, pues la obesidad mata a cuatro millones de personas al año y llevado a su grado extremo, la obesidad mórbida la padecen 4.000 guipuzcoanos. También se abordará cómo prevenirla y qué tratamientos son los más adecuados.

Las enfermedades asociadas a la obesidad van desde la enfermedad coronaria, la diabetes tipo II, algunos tipos de cáncer, hiperten-

sión, dislipidemia, accidente cerebrovascular, problemas respiratorios, entre otros. Uno de los primeros contratiempos de esta enfermedad tan extendida a nivel mundial es que cada vez se manifiesta en edades más tempranas y los niños y niñas están empezando a presentar enfermedades típicas de adultos asociadas a la obesidad.


 01  
 02  
 03  
 04  
 05  
 06  
 07  
 08  
 09  
 10  
 11  
 12  
 13  
 14  
 15  
 16  
 17  
 18  
 19  
 20  
 21  
 22  
 23  
 24



# Un equipo de súper especialistas en distintas áreas de las Neurociencias, con varios ensayos clínicos activos que permitirán optar a las terapias más avanzadas

Presentamos la nueva Unidad de Neurociencias clínicas con el fin de aportar una nueva oferta de servicios en el área de las enfermedades neurológicas y neurodegenerativas, que ofrece un importante valor diferencial

por su gran labor investigadora, lo que permite a sus pacientes acceder a terapias de última generación, y a nuevos ensayos clínicos. Este equipo se incorpora a Policlínica Gipuzkoa y cuenta con especialistas en epilep-

sia, alzheimer, parkinson, deterioro cognitivo, fatiga crónica, fibromialgia, esclerosis múltiple, y enfermedades neurodegenerativas.

## 1. ANA BENGOETXEA ARRESE

Doctora en fisioterapia y readaptación y directora del departamento de Ciencias de la Osteopatía en Universidad Libre de Bruselas (ULB). En el ámbito de la investigación su especialidad son las neurociencias del sistema sensoriomotor y en el ámbito clínico, la neuro-rehabilitación y las algias del aparato locomotor.

## 2. ADOLFO LÓPEZ DE MUNAIN

Licenciado en medicina y doctor en Medicina y Cirugía por la Universidad de Navarra, con una tesis doctoral sobre distrofia miotónica. Además, es Jefe del Departamento de Neurología del Hospital Universitario de Donostia, Catedrático Asociado de Neurología de la Universidad UPV/EHU y Director Científico del CIBERNED (Centro de Investigación en

Red Biomédica en Enfermedades Neurodegenerativas impulsado por el Carlos III de Salud Instituto). Sus principales intereses se centran en las enfermedades neuromusculares y también participa activamente en el diseño e implementación de otras líneas de investigación clínica y molecular en enfermedades neurodegenerativas. Es miembro activo de la Sociedad Española de Neurología, donde actúa como coordinador de los grupos de estudio de Enfermedades Neuromusculares y Neurogenética. Es autor o coautor de más de 300 artículos, 26 capítulos de libros y más de 400 comunicaciones en congresos nacionales e internacionales y conferencias invitadas. A lo largo de los años ha sido Director o codirector de 18 tesis doctorales en algunas de las líneas mencionadas anteriormente.

## 3. ANA VINAGRE ARAGÓN

Licenciada en medicina y Cirugía por la Universidad UPV/EHU y máster en Trastornos de Movimiento por la Universidad de Murcia. Actualmente forma parte del Grupo de Estudio de Enfermedades Neurodegenerativas del Área de Neurociencias del Instituto de Investigación Sanitaria Biodonostia y la línea de investigación del grupo de estudio se centra en la caracterización del Parkinson.

## 4. ELISABET MONDRAGÓN REZOLA

Licenciada en medicina por la UPV/EHU, especialista en neurología en el Hospital Universitario Donostia y master en trastornos de movimiento por la Universidad de Murcia. Forma parte del grupo de Estudio de Enfermedades Neurodegenerativas del Instituto de Investigación Biodonostia.



#### 5. ANE MÍNGUEZ-OLAONDO

Licenciada en medicina por la Universidad del País Vasco UPV/EHU, especialista en Neurología Clínica por la Universidad de Navarra y doctora por la Universidad de Navarra en Pamplona. Es coordinadora del grupo joven de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología (JGECSN). Está especializada en cefaleas, dolor facial y craneal.

#### 6. MARKEL AGIRRESAROBÉ BARANDIARAN

Psicólogo sanitario y terapeuta familiar y de pareja. Experiencia de haber trabajado en el marco terapéutico con diversas realidades: desprotección infantil, violencia de género, psicopatologías graves y violencia filio parental, entre otros.

Acompaña a las y los pacientes en el proceso terapéutico que desean poner en marcha.

#### 7. ESTIBALIZ LÓPEZ DE MUNAIN

Graduada en medicina por la Universidad de Navarra, especialista en psiquiatría por el Hospital Universitario Ramón y Cajal de Madrid. Experiencia en evaluación psicopatológica de pacientes con trastornos afectivos como la depresión, el trastorno bipolar y los trastornos psicósomáticos como la fibromialgia, el trastorno obsesivo-compulsivo y otros problemas emocionales secundarios a situaciones vitales estresantes.

#### 8. MYRIAM BARANDIARÁN AMILLANO

Psicóloga clínica y doctora en Neurociencias por la Universidad UPV/EHU. Investigadora en el Servicio de Neurología del Hospital Universitario de Donostia y forma parte del Grupo de Estudio de Enfermedades Neu-

rodegenerativas del Instituto de Investigación Biodonostia.

#### 9. TAMARA CASTILLO

Licenciada en medicina y Cirugía por la Universidad de Navarra, especializada en Neurología en el Hospital Universitario Donostia. Master en investigación clínica por la Universidad de San Francisco. Ha recibido varias becas internacionales. Es responsable de la Unidad de Enfermedades Desmielinizantes en el Hospital de Donostia y co-responsable del Grupo de Investigación en Esclerosis Múltiple, del área de Neurociencias del Instituto de Investigación Sanitaria Biodonostia.

#### 10. ROBERTO FERNÁNDEZ TORRÓN

Licenciado en medicina. Especialista en Neurología por la Clínica Universitaria de Navarra. Diploma de Estudios Avanzados en el programa de doctorado de Neurociencias por la Universidad de Navarra. Áreas de interés: cefaleas, epilepsia, demencias y enfermedades neuromusculares.

#### 11. AINHOA MARINAS ALEJO

Licenciada en medicina por la universidad UPV/EHU, neuróloga especializada en epilepsia, adscrita a la Unidad de Epilepsia Refractaria de referencia nacional (CSUR) del Hospital Universitario Cruces (HUC). Es responsable del Grupo de Epilepsia del Instituto de Investigación Sanitaria Biocruces (Baracaldo). En el ámbito asistencial es especialista en epilepsia farmacorresistente y monitorización video-EEG prolongada, así como en el tratamiento quirúrgico de las epilepsias.

#### 12. PATRICIA ALVES DIAS

Graduada en psicología por la Universidad de Fortaleza (UNIFOR, Brasil), doctora en lingüística/Neurociencia Cognitiva del Lenguaje por la Universidad UPV/EHU. Trabaja como docente en el Máster de Neuropsicología y Educación de la Universidad Internacional de la Rioja y como neuropsicóloga en un proyecto de investigación sobre bioarcadores diagnósticos en síndromes parkinsonianos.

#### 13. IOANA CROITORU

Licenciada en Psicología, miembro del grupo de investigación de Enfermedades Neurodegenerativas del IIS Biodonostia desde el año 2012. Gestora de proyectos y coordinadora de ensayos clínicos en el área de Neurociencias en el Hospital Universitario Donostia / IIS Biodonostia.

#### 14. JUAN CARLOS GÓMEZ ESTEBAN

Licenciado en medicina por la Universidad UPV/EHU, doctor y director del grupo de Enfermedades Neurodegenerativas del instituto de investigación Sanitarias Biocruces (Baracaldo). Es profesor asociado del Departamento de Neurociencias de la Universidad del País Vasco UPV/EHU y neurólogo adscrito a la Unidad de Trastornos del Movimiento y disautomía del Hospital Universitario de Cruces (HUC).

Si quieres pedir cita  
llama al  
**943 502 049**

# Un traumatólogo especialista para tratar cada problema

Ricardo Cuellar Policlínica Gipuzkoa doktoaren taldean profesional berriak sartu dira. Helburua traumatologiari ikuspegi guztietatik eta hainbat arlotako espezialistekin heltzea da. Bestek beste, Gipuzkoako Futbol Federazioaren zerbitzu medikoaren parte dira.



De izquierda a derecha: Dr. Adrián Cuéllar, Antonio Martín, Juan Zaldua, Ricardo Cuéllar, Asier Cuéllar, Fermín Haro y Alberto Hernández.



El grupo multidisciplinar que integra el equipo del Dr. Ricardo Cuéllar de Policlínica Gipuzkoa se consolida con la incorporación de nuevos profesionales, con el objetivo de abordar la traumatología desde todas sus perspectivas y con especialistas de distintas áreas.

## El equipo atiende también los traumatismos y fracturas por lesiones laborales o deportivas en el Servicio de Urgencias de Policlínica Gipuzkoa.

Para Ricardo Cuéllar la filosofía de este equipo “es poder obtener el mejor resultado” y para ello “es primordial realizar un buen diagnóstico y una buena indicación de la técnica quirúrgica a utilizar en cada caso”. Previa a las nuevas incorporaciones eran conscientes “de cubrir ampliamente la patología de las extremidades”, afirma el traumatólogo, lo que ha permitido, entre otros logros, formar parte del servicio médico de la Federación Guipuzcoana de Fútbol. “Pero al equipo le faltaba poder abordar adecuadamente los procesos que afectan a la espalda”, sostiene el profesional.

Con la incorporación de Alberto Hernández en septiembre de 2020, se suma al equipo un especialista en cirugía de columna que cuenta con una amplia formación y dedicación exclusiva en este área de la Traumatología.



Además, las incorporaciones de Asier Cuéllar, traumatólogo especialista en extremidades y rodilla, Juan Zaldua y Antonio Martín, traumatólogos de la Unidad del Pie y Tobillo, se complementa y completa el equipo para ofrecer una atención más individualizada y de mayor calidad al paciente.

Así pues, la nueva conformación aúna la sólida formación y dilatada experiencia de los distintos profesionales. Ricardo Cuéllar, por su parte, es traumatólogo especialista en cirugía ortopédica, Adrián Cuéllar es traumatólogo especializado en cirugía ortopédica, Fermín Haro, de la especialidad de Anestesiología y Reanimación, Unidad de Dolor. El equipo atiende además las consultas tanto de traumatismos, como de fracturas y lesiones laborales o deportivas en el Servicio de Urgencias de Policlínica Gipuzkoa.

“Con estas incorporaciones, ampliamos nuestro horario de atención en consulta, garantizando todos los días la presencia de al menos uno de nosotros en dicha área, reduciendo así al mínimo la demora de primera atención”.

### Incremento del horario de atención en consulta

“Con estas incorporaciones, ampliamos nuestro horario de atención en consulta, garantizando todos los días la presencia de al menos uno de nosotros en dicha área, reduciendo al mínimo la demora de primera atención”, aclara Ricardo Cuéllar. El dolor es uno de los síntomas más constantes en su consulta y no siempre su tratamiento es quirúrgico o medicamentoso exclusivamente. “Por ello, establecemos también una colaboración directa con el Dr. Fermín Haro, veterano y experto en las más modernas técnicas de tratamiento del dolor”, afirma, “lo que nos permite como equipo indicar la solución más idónea para cada paciente y tipo de patología”, concluye Ricardo Cuéllar. Fermín Haro precisa que “las innovaciones tecnológicas, como la ecografía, incrementan el poder diagnóstico y mejoran las técnicas para el tratamiento del dolor crónico”.

### “Si hay que operar, el tipo de intervención debe ser individualizado”

Además, el doctor Alberto Hernández refuerza el servicio mediante el tratamiento de los procesos e intervenciones de columna, desde patologías habituales como las hernias discales o la estenosis de canal, a las cirugías más complejas del raquis, como escoliosis y espondilolistesis, con las técnicas más actuales, especialmente las denominadas mínimamente invasivas. Cada paciente, cada lesión en la columna, necesita un tratamiento único y adaptado a sus síntomas y necesidades. “Si hay que operar, el tipo de intervención debe ser individualizado, lo menos invasivo posible, pero persiguiendo resultados eficaces y duraderos”, señala Hernández. Otro tanto podemos decir en relación con la específica patología del pie y tobillo, que atenderán los doctores Juan Zaldua y Antonio Martín.

# Incontinencia, litiasis. ¿Cuándo acudir a consulta? Todo lo que necesitas saber sobre urología

**Garmendia eta Rodríguez: “Urologiakoespezialitateak izugarri egin du aurrera”.**

## ¿Cómo ha afectado la COVID-19 al paciente que acude a consulta de urología?

Por desgracia la pandemia está afectando a toda la actividad asistencial médica. Limitaciones de movilidad, pacientes aislados por enfermedad o contacto, ansiedad asociada, etc. Las principales medidas han consistido en la potenciación de las consultas telefónicas, la comunicación online, vía email e incluso adecuación con videocámara en la consulta.

## ¿Puede el estrés del confinamiento afectar a la incontinencia urinaria?

El estrés afecta a todos los aspectos relacionados con la salud. La ansiedad que provoca el aislamiento o por el miedo a contraer la enfermedad puede acentuar los síntomas de cualquier patología.

## ¿Cómo ha avanzado la especialidad en los últimos años?

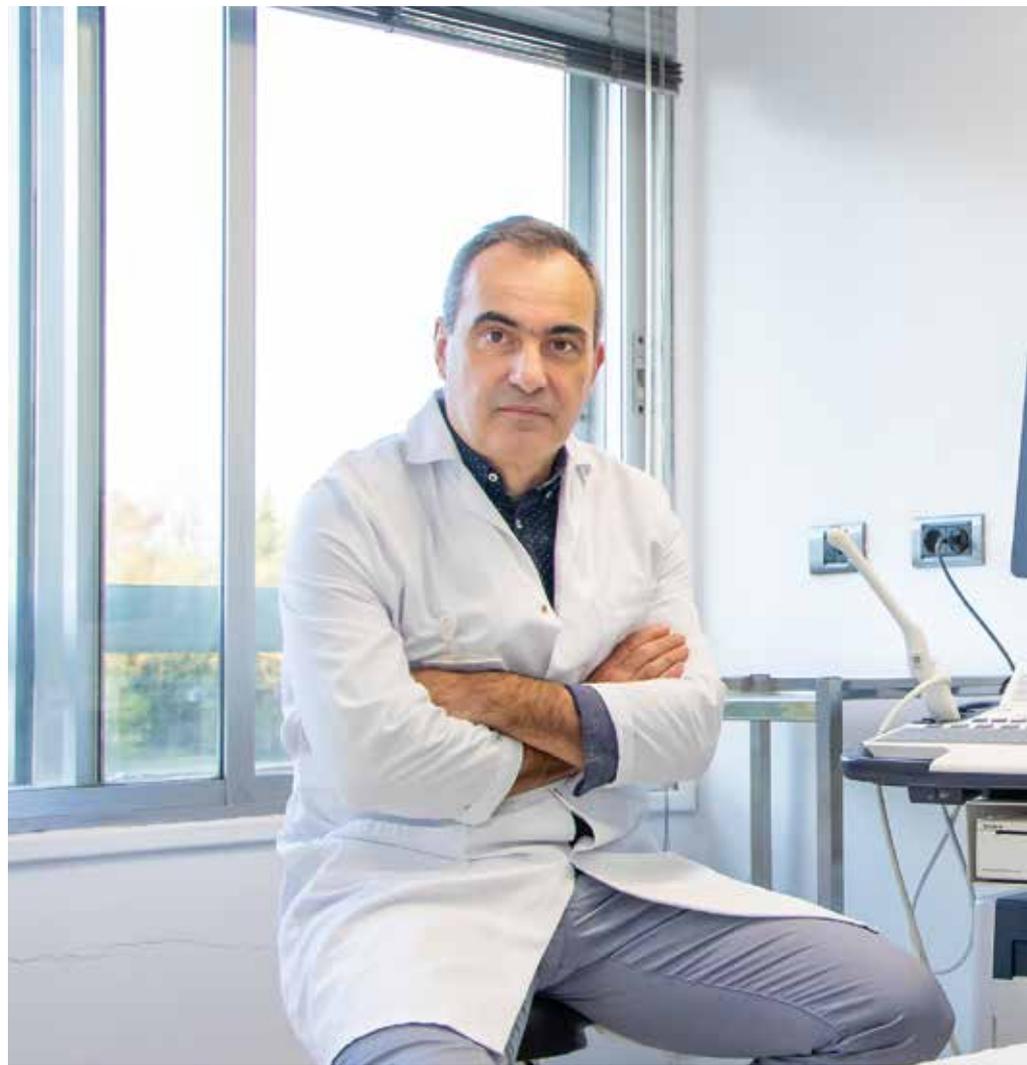
De forma vertiginosa al igual que otras especialidades. Factores asociados a la evolución tecnológica como la miniaturización del instrumental, mejora en el tratamiento de las imágenes, aparición de los láseres y soporte informático resultan fundamentales para entender este desarrollo. Asociado al aumento de la esperanza de vida y mejora de la calidad de la misma.

## ¿Sigue el HoLEP a la vanguardia en el tratamiento del crecimiento benigno de próstata?

La enucleación prostática con láser Holmium HOLEP es una de las técnicas de las que dis-

ponemos para el tratamiento de la hiperplasia benigna de próstata, lo que se conoce habitualmente como prostatismo. El acceso uretral, la baja estancia hospitalaria, el menor

número de días con sonda, la bajísima necesidad de transfusión y sobre todo el excelente resultado funcional con bajo porcentaje de complicaciones ha colocado a esta técnica



**Dres. Gregorio Garmendia y Josean Rodríguez**  
Urólogos de Policlínica Gipuzkoa.



en la vanguardia terapéutica para esta patología. Actualmente es la patología que más frecuentemente realizamos.

**¿Cuáles son los últimos avances tecnológicos para operar patologías urológicas?**

Quizás las tres técnicas que más desarrollo han tenido en los últimos años sean la cirugía robótica Da Vinci, la enucleación prostática con láser Holmium y el tratamiento de la litiasis urinaria.

**¿Cómo puede un paciente evitar una litiasis urinaria?**

Las causas de formación de litiasis o piedras en el aparato urinario son diversas: las vesica-

les son de origen prostático y se producen en pacientes con clínica obstructiva infravesical prolongada, esto es, prostatismo no tratado y que precisarían tratamiento farmacológico o quirúrgico. Un vaciado incorrecto de la vejiga produce piedras a largo plazo. El tratamiento implica tratar la causa y la consecuencia, esto es, la obstrucción prostática y la piedra; en las litiasis renales las causas son muy variadas: genéticas, farmacológicas, dietéticas, etc. y precisan un estudio individualizado. Dos consejos generales siempre adecuados son una ingesta líquida suficiente y una dieta variada y equilibrada.

**¿Han aumentado los tumores de riñón en los últimos años? Si es que sí, ¿a qué creen que puede ser debido?**

El número se ha incrementado de forma notable. La principal causa es el aumento de diagnósticos incidentales motivados por el creciente número en la realización de ecografías y TACs por razones diversas. Diagnosticamos más tumores y en estadios más precoces lo que permite tratamientos más conservadores (por ejemplo, nefrectomía parcial robótica) y excelentes resultados terapéuticos.

**¿Cuál es la edad media de un paciente tipo que acude a consulta?**

La patología urológica es muy variada y tratamos pacientes de ambos sexos y todas las edades. En gente más joven son muy habituales técnicas para cirugía menor (circuncisión, vasectomía...) En mujeres en edad adulta son frecuentes las consultas por incontinencia urinaria. Y quizás lo más frecuente son los varones a partir de los 50 años con diagnóstico de hipertrofia benigna o cáncer de próstata. Otras patologías como la litiasis ocurren a lo largo de toda la vida.

**¿A partir de qué edad es conveniente empezar con un chequeo médico?**

No existe una indicación para un screening masivo poblacional. Se recomienda en todo caso a partir de los 50 años para despistaje de patología prostática benigna o tumoral. Caso aparte son los pacientes con factores de riesgo (alteraciones genéticas, familiares de primer grado con cáncer de próstata...) que tienen recomendaciones específicas.

**¿A quién afecta más la incontinencia urinaria?**

La incontinencia de stress o esfuerzo, es decir, el escape asociado al toser, reír, correr, se diagnostica en mujeres en la edad adulta. Son factores de riesgo patologías ginecológicas asociadas, número de embarazos, obesidad, menopausia, partos instrumentales o partos múltiples.



Escanea este código QR con tu móvil para ver la entrevista al Dr. Josean Rodríguez sobre incontinencia urinaria.

01  
02  
03  
04  
05  
06  
07  
08  
09  
10  
11  
12  
13  
14  
15  
16  
17  
18  
19  
20  
21  
22  
23  
24

Hablamos con el Jefe de Urgencias, Iñaki Ayesa y con la neumóloga, Idania de los Santos.

# ¿Qué sabemos a día de hoy sobre el Covid?

Duela ia urtebete pandemia hasi zela eta asko ikasi da orain arte. Nola kutsatzen den, zeintzuk diren sintoma ohikoenak, zein ondorio utz ditzakeen, zein den kasu bakoitzerako, edo tratamendurik egokiena, besterik beste. Baina, batez ere, itxaropen-izpi batek betetzen du etorkizuna: txertoak. Gaixotasunaren errepassoa de los Santos eta Ayesaren doktoreekin.

La alta incidencia de contagios por COVID-19 que ha habido desde que comenzó la pandemia es evidente, pero lo que no es tan evidente son los síntomas y las secuelas, que son diversas y varían de un individuo a otro. Así pues, servicios como la cardiología, la me-

**“No conviene acudir a Urgencias directamente, sino que debemos actuar como con la gripe: quedarnos en casa y llamar a nuestro médico de cabecera”**

dicina interna y la neumología van a jugar un rol fundamental en los próximos meses para ayudar a hacer frente a los efectos y secuelas del coronavirus. En estas especialidades trabajan la Dra. Idania de los Santos, neumóloga de Policlínica Gipuzkoa y el Dr. Iñaki Ayesa, jefe del Servicio de Urgencias de Policlínica Gipuzkoa, que pelean cada día para conocer mejor al virus y plantarle cara a la enfermedad.

El origen de la COVID-19 es todavía desconocido, pero algunos datos para reconstruir el origen de la pandemia son que “el virus se detectó en Wuhan y el 31 de diciembre se informó de 27 pacientes con una neumonía desconocida”, según comenta Ayesa. “Como elemento común tienen que todos estuvieron en un mercado en el que había animales domésticos, pero también salvajes”.

“La transmisión del virus, desde la fuente animal a los primeros casos humanos es desconocido” – continúa el médico – y añade: “Todo apunta al contacto directo con los animales infectados y sus secreciones respirato-



**Dr. Iñaki Ayesa y Dra. Idania de los Santos**  
Jefe de Urgencias y Neumóloga de Policlínica Gipuzkoa.



## “Es relevante para la recuperación hacer rehabilitación respiratoria, con el objetivo de mejorar la disnea, la fatiga, los síntomas de ansiedad y depresión, reducir las complicaciones, prevenir la discapacidad y mejorar la calidad de vida”

rias o digestivas”. Posteriormente, el contacto humano – humano se da a través de gotas de más de 100 micras con un alcance “de dos metros máximo”, sin embargo, “algunos estudios detectan SARS-COV-2 en muestras de aire a distancias entre 2 y 4,8 metros de dos personas con la enfermedad”, enfatiza Ayesa. En cuanto a lo síntomas más comunes se encuentran de mayor a menor incidencia: la fiebre, la tos, la disnea, las artromialgias, diarrea, cefaleas, molestias en la garganta, anosmia, ageusia, vómitos y dolor abdominal. Por otro lado, Idania de los Santos comenta que la COVI-19 cursa de tres formas: “asintomática, infecciones de las vías respiratorias altas y neumonía”. No obstante, la neumóloga opina que “el mayor problema es que si normalmente cada paciente es diferente “con este virus aún más”. La médica lo tiene claro: “Nunca llegaremos a saberlo todo sobre esta enfermedad. Es un virus que nos ha puesto a prueba a todos”.

Ante la pregunta de “¿a quién afecta más la COVID-19?, Idania de los Santos responde: “A personas en edad avanzada y con comorbilidades”, es decir, aquellas personas con obesidad, hipertensión arterial, enfermedad renal crónica, enfermedad cardiovascular, neoplasia y enfermedad pulmonar crónica o deterioro cognitivo”.

### No acudir a Urgencias

Entre los consejos de estos especialistas, Iñaki Ayesa subraya que no conviene acudir a Urgencias directamente, sino que “deberíamos hacer como con una gripe: quedarnos en casa y llamar a nuestro médico de cabecera”. En cuanto a los diferentes test para la detección del coronavirus, Idania de los Santos sostiene que “el test que ha demostrado desde el principio de la pandemia que es más eficaz es la determinación de la PCR en frotis nasofaríngeo”.

### Secuelas postcovid

En cuanto a los tratamientos, ninguno hasta la fecha ha demostrado una eficacia absoluta. “Aunque hoy sabemos que la terapia antiinflamatoria con corticoides, mejora en algo la supervivencia de los casos graves. Por otro lado, Idania De los Santos hace hincapié en que es relevante una “rehabilitación respiratoria”, con el objetivo de “mejorar la disnea, la fatiga, los síntomas de ansiedad y depresión, reducir las complicaciones, prevenir la discapacidad y mejorar la calidad de vida”. En función de la evolución del cuadro sintomatológico y de secuelas de cada individuo contagiado se realizan controles médicos “porque hoy en día no sabemos si los pacientes se quedarán con secuelas y tampoco en qué porcentaje”, declara De los Santos.

### Vacunación

Ambos profesionales se declaran provacuna, pues ven en ella el futuro. Pueden darse efectos leves como reacciones locales, fiebre y entumecimiento, pero tal y como afirma Margarita del Val: “No hay ninguna duda de que se ha cumplido el tiempo necesario para que se cumpla un efecto secundario grave, que suele ocurrir entre las seis semanas y dos meses), por lo que no hay motivo mayor de preocupación”, salvo cuando se trata de evitar contactos. “La realidad es que no hemos superado la pandemia y el virus se transmite cuando las personas se juntan”, concluye Idania De los Santos.

**VACUNAS**

Se comparan algunas de las vacunas

Compañía	Tipo	Dosis	Efectividad	Almacenamiento
Universidad de Oxford-AstraZeneca	Vector viral (virus genéticamente modificado)	x2	62-90%	Temperatura normal de un refrigerador
Moderna	ARN (fragmento de código genético del virus)	x2	95%	-20°C hasta seis meses
Pfizer-BioNTech	ARN	x2	95%	-70°C
Instituto Gamaleya (Sputnik V)	Vector viral	x2	92%	Temperatura normal de un refrigerador

\*Resultados preliminares de la Fase III de ensayos clínicos. Pendientes de revisión por pares.

Fuente: Compañías, OMS

# Traemos a tu vida una nueva vida

En la **Unidad de Reproducción Asistida** del **Hospital de Día Quirónsalud Donostia** llevamos más de 25 años haciendo realidad los sueños de muchas madres. Con más de 5.300 embarazos logrados, queremos ayudarte a que el tuyo sea el próximo.

RPS 122/18 Jefe de Servicio: Dr. Koldo Carbonero. Ldo. en Medicina y Cirugía.  
Directora Asistencial: Dra. Sonia Roussel. Lda. en Medicina y Cirugía.



Accede online a tus resultados y gestiona tus citas en el área **"Mi Quirónsalud"** de [quironsalud.es](http://quironsalud.es), o en nuestra **App**.

Hospital de Día  **quirónsalud**  
Donostia



## Koldo Carbonero: “Hemos aprendido mucho sobre cómo afecta la COVID-19 al embarazo”

Koldo Carbonerorekin elkarrizketa. “Pandemia garaian haurdun gertatzeko ametsa nola bete”. Gure adi-tuarekin hitzegin dugu.



**Dr. Koldo Carbonero**

Director del Servicio de Ginecología y Obstetricia

### ¿Cómo está afectando el Covid a las mujeres embarazadas, y al embarazo en general?

Desde aquellos primeros estudios que decían que no había una transmisión vertical de madre al feto ha pasado mucho. Este apartado se mantiene, pero hemos aprendido mucho sobre el virus. El problema es que el nivel de publicaciones sobre el Covid es altísimo y muchos estudios no pasan los filtros adecuados.

**Precisamente de esos estudios queríamos preguntarle. Estados Unidos ha publicado un macro estudio que ha dado mucho que hablar...**

Efectivamente, el estudio del Centro de Control y Prevención de Enfermedades de Estados Unidos. De él recogemos varias conclusiones: que el virus afecta por etnias y más a la raza negra y latina que a la caucásica. En segundo lugar, cuando la embarazada se contagia, el virus no suele debutar con fiebre, sino con tos y dificultad al respirar. La tercera conclusión es que el virus se mantiene en el organismo

más tiempo, y la cuarta conclusión es que, si hay una afectación severa, puede ser mayor estando embarazada que sin estarlo con la misma edad. Esto se da porque las embarazadas tienen un sistema inmunitario un poco deprimido y porque fisiológicamente tienen una posibilidad mayor de problemas de trombosis. Y una de las causas de mortalidad de este virus es que produce trombosis. Así, cuando la embarazada está afectada levemente o es asintomática se le administra heparina, que funciona como anticoagulante profiláctico.

### ¿Qué consejos podemos dar a aquellas mujeres que buscan quedarse embarazadas y están en procesos de reproducción asistida?

La embarazada ha sido etiquetada como paciente vulnerable, pero no de riesgo. El concepto de vulnerabilidad se refiere a que una persona embarazada debe mantener las medidas de protección frente al COVID-19 de manera estricta.

### ¿Habéis tenido algún incidente durante estos meses de pandemia, tanto en el Servicio de Reproducción Asistida, como en el de Obstetricia, que han permanecido abiertos?

Han sido pocos... y en Reproducción ninguno. El virus, para entrar en una célula humana tiene que tener unos receptores determinados que se lo permitan, y el espermatozoide y el óvulo no los tiene. Con lo cual, sabíamos que por esa parte era seguro. Los laboratorios de reproducción asistida tienen un sistema de control biológico, tipo 2 y tipo 3 frente a virus. El Covid para nosotros no supone un cambio de estrategia excepto protocolos de seguridad general.

### ¿Cómo tiene que proceder una mujer embarazada que tenga sospecha de poder tener Covid?

Exactamente igual que si no lo estuviera embarazada. La única diferencia es que como tiene un feto, depende del momento de la gestación en que lo coja, habría que hacer una valoración materno-fetal; el ginecólogo y el pediatra habrán de ponerse de acuerdo para saber si se debe interrumpir la gestación antes de tiempo, en aras de salvar la vida a la madre.

## Vacuna COVID-19, embarazo y reproducción asistida



**Dra. Miren Mandiola**

Directora del Laboratorio de Reproducción Asistida.

“Las sociedades científicas, como la sociedad por la que nosotros nos regimos, la Sociedad Española de Fertilidad y el Ministerio de Sanidad nos han comentado que las vacunas que en este momento se están poniendo, que son las de Pfizer y Moderna contienen ARN mensajero, es decir, no contienen virus vivos atenuados”, sostiene Miren Mandiola. Por lo que, con el conocimiento que se tiene hasta la fecha, no parece que supongan un riesgo para los tratamientos de reproducción asistida o para el embarazo.

“La recomendación es vacunarse y lo único que hay que hacer por precaución es esperar dos semanas después de la segunda dosis. Con lo cual, todas las mujeres que se estén sometiendo a tratamientos de reproducción asistida no tienen por qué retrasarlos”, añade la profesional. Lo que no implica que deban olvidarse las medidas de “mascarilla, distancia social e higiene de manos”, pues “siguen resultando fundamentales”, concluye Mandiola.

Escanea este código Q con tu móvil para ver la entrevista a Koldo Carbonero.



Escanea este código QR con tu móvil para ver la entrevista sobre reproducción asistida y vacuna para la COVID-19.



01  
02  
03  
04  
05  
06  
07  
08  
09  
10  
11  
12  
13  
14  
15  
16  
17  
18  
19  
20  
21  
22  
23  
24

# La cirugía de cataratas ofrece mejores resultados si se opera tempranamente

Héctor Fariña, Poliklinika Gipuzkoako oftalmologoa elkarrizketatu dugu. Especialistak katarata-kirurgiaren onura garrantzitsuak gogorazi ditu, oraindik ere itsutasunaren arrazoi itzulgarri nagusia baita.

Hoy por hoy se dispone de una técnica sencilla y rápida con anestesia local, que consiste en la sustitución de este cristalino opaco, que es la catarata.

Según Fariña, “una de las bondades de esta cirugía es que, además de corregir la catarata, te libera de cualquier ametropía previa que tuviera el paciente”. A medida que avanzan los estudios en esta enfermedad, está cada vez más comprobado que está relacionada con la luz ultravioleta y factores oxidativos (como el tabaquismo), por eso, el doctor aconseja “protegerse del sol, sobre todo, en los meses de mayor exposición con unas buenas gafas y la visita rutinaria al oftalmólogo, sobre todo, a los 55 años, edad en la que hay que monitorizar la aparición de la catarata”.

“Se trata de una enfermedad contra la que hoy en día no hay tratamiento farmacológico que la cure o la prevenga”, afirma Fariña. “Produce una disminución de la agudeza visual de manera paulatina; comienza penalizando la visión lejana y poco a poco te va volviendo miope”, concluye.

Es una de las enfermedades más frecuentes y “ocupa entre el 15% y el 20% de nuestras visitas a consulta. Al fin y al cabo, la catarata surge como consecuencia del envejecimiento natural del cristalino; se vuelve blanco”, explica el oftalmólogo. Pese a todo, como decimos, se puede corregir por cirugía extrayendo el cristalino opaco con una sencilla intervención quirúrgica ambulatoria. “El diagnóstico precoz de la catarata es muy funda-



**Dr. Héctor Fariña Narváez**  
Oftalmólogo de Policlínica Gipuzkoa  
y Hospital de Día Quirónsalud Donostia.

mental para reducir los riesgos y aumentar la tasa de éxito”, incide Fariña.

“La tasa de la enfermedad irá creciendo a medida que la esperanza de vida suba”, augura Héctor Fariña. Por eso, se recomienda acudir al oftalmólogo anualmente se tenga, o no, algún problema relacionado con la visión.



## Tu mirada, sin cataratas

Pide tu cita llamando al  
**900 250 255**  
o en el Portal del Paciente

**quirónsalud**  
La salud persona a persona



# “En España más del 60% de la población mayor de 45 años sufre de ojo seco. Una de las causas del ojo seco es la inflamación del párpado, conocido como blefaritis”

Fariñak, Lourdes Ruiz doktoarearekin batera Oftalmologia Zerbitzua osatzen dute. Eta hurrengo elkarrizketan malko-jario etengabearekin amaitzeko irtenbide bat eskaintzen du.



**Dra. Lourdes Ruiz**

Oftalmóloga de Policlínica Gipuzkoa y Hospital de Día Quirónsalud Donostia.

“Vemos muchas patologías, sobre todo en mujeres, con síntomas de lagrimeo y escozor, que en realidad son síntomas de ojo seco” explica la especialista.

Una de las causas del ojo seco es la inflamación del párpado, conocido como **blefaritis**. En palabras de Lourdes Ruiz, “La **blefaritis** está causada por bacterias y microorganismos que están en el párpado o borde palpebral, que van creando una capa de suciedad, y como es de difícil acceso, no podemos limpiar bien y esto produce una inflamación crónica que hace que la lagrimea no sea de buena calidad”.

Ocurre cuando las glándulas que protegen la superficie ocular se obstruyen, por ejemplo, con el maquillaje. “Es muy importante que la raya del ojo se realice por debajo del borde de las pestañas, ya que en el borde interno se encuentran unas glándulas muy importantes que producen capas de la lagrimea. Si no retiramos el maquillaje de forma adecuada podemos tener ojo seco, irritaciones, lagrimeo, etc.” explica la oftalmóloga.

Para hacer frente a ese problema, el Hospital de Día Quirónsalud Donostia ha implementado un nuevo tratamiento llamado Blephex, también conocido como microexfoliación palpebral. El Blephex se basa en eliminar los desechos bacterianos, **restos de grasa de las glándulas de Meibomio, y pequeñas escamas** que se van acumulando a lo largo del tiempo; principales causas de la enfermedad inflamatoria del párpado. Se trata de una pequeña máquina que se utiliza para girar con mucha precisión y cuidado, una microesponja a lo largo del borde de los párpados y las pestañas, eliminando la suciedad y exfoliando los párpados.

“Es una limpieza que se realiza en consulta, es un tratamiento ambulatorio e indoloro que dura unos 20 minutos y que tiene muy buenos resultados” concluye la oftalmóloga.

Escanea este código QR con tu móvil para saber más sobre el Servicio de Oftalmología Integral con los doctores Ruiz y Fariña.





**Háblanos de los selfies mejorados o con filtro. Tenemos oído que son muchas las personas que acuden a su consulta con una foto propia con algún filtro de Instagram, por ejemplo. ¿Se da mucho en la Unidad?**

La verdad es que sí se da. No es lo habitual, pero sí es cierto que hay un empuje con las redes sociales. Cada vez viene más gente joven, pero independientemente de la edad, sí que hay gente que se hace selfies con el móvil e incluso nos traen fotos de cuando eran jóvenes para que juntos, podamos llegar a la imagen que buscan.

Es importante comentar que nosotros aportamos la visión del profesional, por lo que no necesariamente va a encajar con la idea que tiene uno de su selfie con filtro.

**¿La mejor imagen es la que es más natural?**

Por supuesto. Incluso el propio concepto de la medicina estética, siempre lo hemos encajado con lo que es la belleza natural. ¿Qué es la belleza natural? Es verte más guapa, o guapo, pero a la vez, sin que nadie se de cuenta de que te estás realizando tratamientos de medicina estética.

**Y... ¿eso requiere un mantenimiento permanente?**

De alguna manera, siempre hay un punto de arranque, pero mantenerse no es tan difícil. Nosotros intentamos organizar una agenda al paciente para hacer ese mantenimiento, pero el momento más difícil es el de partida.

**¿Cuál podría ser la edad ideal para “empezar a cuidarse”?**

Depende. Hablando en términos de envejecimiento, nosotros defendemos que es a partir de los 40 años. No obstante, ahora, quizá a raíz del auge de las redes sociales; de la propia sociedad, la gente quiere verse mejor y la edad cada vez es más temprana. Y vienen para cosas muy puntuales, como puede ser el tema de la rinomodelación, que es algo que cada vez se demanda más entre los jóvenes...

**¿En qué consiste la rinomodelación?**

La rinomodelación es para un tipo muy concreto de narices; narices con un perfil aguileño, o incluso, narices cuyo dorso está curvado. Siempre lo podemos dejar mucho más afilado, o incluso ese perfil aguileño, lo que se puede hacer es levantar la punta. Y eso se hace con un tratamiento de ácido hialurónico que, técnicamente se hace en una sola sesión de 15 minutos. Además es un producto tan

# Selfies mejorados versus realidad

Zerbitzuaeren arduraduna elkarrizketatu dugu, Elias del Río dokto-rea, eta bere kontsultan egiten diren tratamenduak azaldu dizki-gu. Dioenez, orain da une egokiena, batez ere, larruazaleko orban horiek tratatzeko, neguan bakarrik tratatu baitaitezke.



**Dr. Elías del Río**  
Responsable de la Unidad de Medicina Estética y Láser del Hospital del Día Quirónsalud Donostia.

bueno, que dura muchísimo tiempo y que habría que realizar una vez al año.

**¿Qué otros tratamientos te demandan habitualmente en la consulta?**

Las ojeras. Es un tratamiento que corrige el hundimiento con ácido hialurónico. Al levantar ese hundimiento, digamos, queda a ras y se disimula perfectamente el surco de la oje-

ra. Es un tratamiento que rejuvenece mucho, porque las ojeras son un elemento que marcan demasiado un aspecto cansado.

Otro tratamiento que realizamos, por ejemplo, es el relleno de labios. También cada vez más jóvenes nos lo demandan mucho. Más allá de eso, tenemos otros tratamientos como la mesoterapia, hidratación, estimulación de colágeno, etc.

**¿Y del cuerpo, qué le preocupa a la gente?**

El tratamiento corporal es algo que va a exigir más constancia y más dedicación. Básicamente, aquí, la celulitis y la flacidez son los elementos que a todo el mundo le terminan preocupando, y sí que podemos conseguir que la celulitis quede muy bien, es cuestión de tenacidad e ir realizando tratamientos hasta conseguir la figura que uno busca.

**Este es un buen momento para tratarse las manchas de la piel, las manchas solares, etc.**

El tema de las manchas de la piel es un problema muy superficial. Es como la pintura de la fachada de nuestra cara. Es cierto que con la exposición al sol y con la edad van apareciendo manchas, y estas manchas dan un aspecto sucio en la piel... Yo, como médico, siempre he defendido que es tan importante el aspecto interno, como la superficie; el aspecto de la piel. Hay que intentar tener una piel lustrosa y bonita, pero las manchas tienen la particularidad de que solo se pueden tratar en invierno, y este es el momento.

Escanea este código para ver la entrevista sobre cómo tener la imagen que siempre quisiste, sin cirugía.





# Resultados cada vez más naturales

Poliklinika Gipuzkoa ospitalean, kirurgia eskatuena bularreko kirurgia izaten da, zalantzarik gabe, baina pandemiak maskarak erabiltzeko beharra ezarri du, eta hori bi prozeduratan islatu da: gaztetze periorbitarioko kirurgietan (blefaroplastia) eta belarri nabarmenak zuzentzeko kirurgia (otoplastia).

## ¿Ha cambiado la pandemia la demanda de intervención quirúrgica?

La pandemia nos ha impuesto la necesidad del uso de mascarillas lo que se ha visto reflejado en el aumento de dos procedimientos. Uno, las cirugías de rejuvenecimiento periorbitario (blefaroplastia), al convertirse nuestros ojos en el centro de nuestra interacción social y volverse más evidentes algunos signos de envejecimiento como el exceso en la piel de los párpados o la presencia de bolsas grasas. El segundo, la cirugía para la corrección de orejas prominentes (otoplastia), no debido a que el uso de la mascarilla sea capaz de modificar por sí mismo la posición de las orejas, sino simplemente porque ahora las tenemos más expuestas y es más difícil camuflarlas.

## ¿Cuál es la edad idónea para comenzar con intervenciones faciales?

No existe una edad establecida. El factor determinante es la calidad de los tejidos de los pacientes y en esto influyen desde factores genéticos, como la higiene del sueño, el grado de exposición solar que han tenido a lo largo de su vida y otros hábitos como el consumo de tabaco. Si bien la tendencia actual es tratar los signos tempranos de envejecimiento mediante procedimientos mínimamente invasivos como el botox y el ácido hialurónico y retrasar el uso de procedimientos quirúrgicos cuando el grado de laxitud de los tejidos ya no responde a estos tratamientos médicos.

## ¿Cuál es la cirugía más demandada?

En nuestro medio, sin lugar a dudas la cirugía mamaria. En este grupo se incluyen una gran variedad de procedimientos como la reducción mamaria y elevación mamaria con y sin implantes, aunque la cirugía de aumento mamario sigue siendo nuestra estrella.

## ¿Cada cuánto podrían cambiarse de talla, si quisieran?

En nuestra consulta, la cirugía de recambio de implantes por insatisfacción de volumen es muy poco habitual, gracias a que explicamos detalladamente a nuestras pacientes el proceso de elección del implante y el volumen óptimo para su cuerpo, que viene definido principalmente por mediciones como la anchura de su mama nativa y la elasticidad de sus tejidos, pues lo que buscamos es un resultado natural y lo más estable posible a lo largo plazo.

**La inmensa mayoría de los pacientes que vemos en nuestra consulta son personas que sienten una gran aficción emotiva y en ocasiones también física asociada al motivo de su consulta.**

## ¿Y cada cuánto hay que cambiarse la prótesis?

La idea de que todos los implantes mamaros deben de cambiarse obligatoriamente a los 10 años ha dejado de ser totalmente una norma. Los implantes mamaros que utilizamos en el servicio de Cirugía Plástica son de la marca referente a nivel mundial, con la máxima calidad y tecnología que disponemos actualmente y cuentan con una garantía de reemplazo vitalicio en caso de rotura. Esto no significa que no se puedan romper o que los implantes duren para siempre. Es por ello que todas las mujeres con implantes mamaros deben realizar un control periódico de por vida con su cirujano para valorar la integridad de sus implantes, complementándolo con pruebas de imagen como ecografía o resonancia magnética cuando sea necesario. Si



**Dr. Óscar Orozco**  
Cirujano del Servicio de Cirugía Plástica, Estética y Reparadora.

bien algunas pacientes no requerirán realizar ningún recambio otras podrán llegar a necesitarlo si las prótesis dieran algún problema (contractura capsular, rotura, formación de arrugas, etc). La realidad es que todas las mujeres que van a someterse a una cirugía de aumento mamario deben contemplar la posibilidad de requerir alguna cirugía de recambio a lo largo de su vida.

## ¿Hay un límite de edad para operarse?

La edad por sí misma no puede considerarse un impedimento para realizar una cirugía. Evidentemente toda intervención quirúrgica implica un riesgo y un beneficio, y en el caso de procedimientos electivos como la cirugía estética, esta balanza tiene que estar totalmente equilibrada. El estado de salud del paciente es el factor determinante, aunque también se deben valorar aspectos como la etapa de vida en la que se encuentre, en la que quizá la simple lógica nos indique que la cirugía plástica ha dejado de tener un papel determinante en su persona.

## ¿Cómo ha evolucionado la cirugía estética en los últimos años?

Quizá la principal evolución en nuestra especialidad es la tendencia a buscar resultados más naturales en nuestros pacientes con el menor número de procedimientos con el objetivo de preservar y acentuar las características propias de cada persona.

01  
02  
03  
04  
05  
06  
07  
08  
09  
10  
11  
12  
13  
14  
15  
16  
17  
18  
19  
20  
21  
22  
23  
24

# Los avances y las piedras en el camino sobre el Autismo



**Dr. Joaquín Fuentes**

Responsable del Servicio de Psiquiatría Infantil y Adolescente de Policlínica Gipuzkoa y Consultor de Investigación de GAUTENA.

Recientemente nombrado "Global Senior Leader" por la Asociación Mundial de Investigación en Autismo (INSAR) para el Estado español.

Yo suelo comentar, medio en broma, medio en serio, que decir "los niños con Autismo" es como decir "los niños de Amara"... como si eso dijese "algo" en realidad. Comparten el barrio en el que viven, pero poca cosa más. Ante la diversidad de este colectivo no se puede generalizar. Tienen en común el diagnóstico clínico, pero varían en todo lo demás.

Por eso hay que individualizar: establecer un entorno "amistoso" que les permita la inclusión y participación; formar a las personas con las que viven para que les apoyen —ellas y ellos son quienes les "tratan" (no nosotros) y hay que celebrar que tengamos tantas personas satisfechas de su vida y que cumplen sus sueños.

Nuestros proyectos de investigación vinculan a personas concretas para proyectos concretos, siempre en función de los fondos conseguidos. Esto constituye un serio problema, ya que no hay continuidad del equipo. Los equipos se forman y desaparecen al acabar; pero claro, no somos una Universidad con un claustro estable de investigadores. Hemos tenido profesionales jóvenes estupendos que han tenido que

rediseñar su profesión tras el período de investigación y esto significa una tragedia científica y social...

El mejor avance en torno al conocimiento del autismo ha sido un proyecto que hemos liderado en agosto de 2020.

La Asociación Europea de Psiquiatría Infantil publicó nuestra Guía de Diagnóstico y Tratamiento del Autismo y fue ratificada oficialmente por su Junta para su aplicación en 32 países europeos.

Ahora, ya está claro lo que hay que hacer: pero hay que hacerlo. En Gipuzkoa somos afortunadamente un modelo mundial en este sentido y no es decirlo por soberbia. Todo ha costado mucho y las familias, los profesionales y nuestros líderes políticos han apoyado desde hace años la normalización.

El Parlamento Europeo concedió en 2016 a GAUTENA el Premio Ciudadano Europeo y en este reconocimiento entraba toda nuestra comunidad.

La vida adulta y el empleo son nuestros actuales desafíos, pero todo lo que hagamos les beneficiará a ellos y también a nosotros. A nuestra sociedad.

## Servicios Centrales

**ANÁLISIS CLÍNICOS**  
**TEST DIABETES PREVENT**  
943 437 110 ext. 145

**ANESTESIOLOGÍA Y REANIMACIÓN**  
943 437 110 ext. 519

**CHEQUEOS MÉDICOS**  
943 437 107

**DIAGNÓSTICO POR IMAGEN**  
943 437 110 ext. 159

**DIETÉTICA Y NUTRICIÓN**  
**ENDOSCOPIA**

**GENÉTICA**  
943 437 125

**FISIOTERAPIA Y REHABILITACIÓN**  
943 437 122

**LÁSER EXCÍMER**

**PEDIATRÍA**  
**PRUEBAS NEUROLÓGICAS**

**SERVICIO DE CEFALÉAS**  
943 437 119

**SERVICIO DE OFTALMOLOGÍA INTEGRAL**  
943 437 119

**UNIDAD DE DISFAGIA OROFARÍNGEA**  
686 571 812

**UNIDAD DE DOLOR FACIAL MANDIBULAR**  
943 437 122

**UNIDAD LÁSER Y MEDICINA ESTÉTICA**  
943 428 341

**UNIDAD DE MAL ALIENTO**  
943 118 333

**UNIDAD DE MEDICINA DEPORTIVA**  
943 437 118

**UNIDAD INTEGRAL DE OBESIDAD**  
943 437 119

**UNIDAD DE REPRODUCCIÓN ASISTIDA**  
943 437 125

**UNIDAD DE SUELO PÉLVICO**  
943 437 122

**UNIDAD DE TRÁFICOS**  
677 772 001

**UNIDAD DE VÉRTIGO**  
943 322 121

## Especialidades Médicas y Consultas Externas

**ANGIOLOGÍA Y CIRUGÍA VASCULAR**  
Sánchez Abuín, Javier

**CIRUGÍA CARDIOVASCULAR**  
Larrañaga Safontas, Guillermo

**CIRUGÍA DE COLUMNA**  
Lersundi Artamendi, Ana  
Riojas Monteverde, Alfonso 943 142 636

**CIRUGÍA GENERAL Y DEL APARATO DIGESTIVO**  
Flores Jaime, Laura  
García González, Luis

**CIRUGÍA MAXILOFACIAL**  
Álvarez, Julio 943 118 333  
Brunos, Joan 943 118 333

**CIRUGÍA PLÁSTICA, ESTÉTICA Y REPARADORA**  
De Amador de la Granja, Ainhoa  
Domínguez Martínez, Haroa  
Martínez Florez, Alfredo  
Orozco Delgado, Óscar

**DERMATOLOGÍA MÉDICO-QUIRÚRGICA Y VENEREOLÓGIA**  
Arregui Murua, M<sup>a</sup> Asunción  
Serrano Ibarbia, Gonzalo

**EMBRIOLOGÍA**  
Estomba Zubizarreta, María 943 437 125  
Mandiola Arizmendiarrreta, Miren 943 437 125  
Rodríguez Viërbucher, Lorena 943 437 125  
Soubelete Fagoaga, Maitena 943 437 125

**ENDOCRINOLOGÍA**  
Blázquez Lautre, Eva

**GINECOLOGÍA Y OBSTETRICIA**  
Atutxa Esparta, Felipe 943 437 125  
Carbonero Martínez, Koldo 943 437 125

**Médicos Generales:**  
Álvarez Espinosa, Ismael 943 437 125  
Palacín Chávez, Karim Estela 943 437 125

**LOGOPEDIA**  
Pérez Sánchez, Ainhoa 686 571 812

**MEDICINA GENERAL**  
Sampedro Vidaurre, Mateo

**MEDICINA DEPORTIVA**  
Azkarate Alkorta, Haritz 943 437 118  
Gaztañaga Aurrecoechea, Teresa 943 437 118  
Jiménez Mangas, Ricardo 943 437 118  
Murguía Pujol, Guillermo 943 437 118

**MEDICINA ESTÉTICA**  
Del Río Caballero, Elías 943 428 341

**MEDICINA ESTÉTICA Y LÁSER**  
Del Río Caballero, Elías 943 428 341

**MEDICINA INTERNA**  
Barrios Maeso, José Antonio

**NEUROCIRUGÍA**  
Undabeitia Huertas, José

**NEUROFISIOLÓGIA**  
Ramírez Cruceras, Segundo

**NEUROLOGÍA**  
Fernández Torrón, Roberto  
Lasa Imaz, Asier  
Minguez Olaondo, Ane

**NUTRICIÓN**  
Gaztañaga Aurrecoechea, Teresa

**ODONTOLOGÍA Y ESTOMATOLOGÍA**  
Linazasoro Elorza, Maialen 943 118 333  
Jasiuk, Emilia 943 118 333  
Ruiz Villandiego, José Cruz 943 118 333  
Izaguirre Pérez, María 943 118 333

**OFTALMOLOGÍA**  
Fariña Narváez, Héctor Isaac  
Ruiz Vera, Lourdes Rosalía

**OFTALMOLOGÍA PEDIÁTRICA**  
Ruiz Vera, Lourdes Rosalía

**OPTOMETRISTA**  
Ilarduya Canales, Juan

**ORTODONCIA**  
Izaguirre Pérez, María 943 118 333

**OTORRINOLARINGOLOGÍA**  
Garmendia Merino, Gemma 686 571 812  
Ispizua Gutiérrez, Ángel 943 322 121  
Rey Martínez, Jorge Alberto 943 322 121  
Urrutikoetxea Sarriegi, Alberto 943 322 121  
Casallas Austin, Paula 943 322 121

**PEDIATRÍA**  
Alustiza Martínez, Jesús

**Médicos Generales:**  
Cavour Godoy, Kenio  
Santos Francisco, Zunilda

**PODOLOGÍA**  
Barros Alfonso, Aitor

**PSICOLOGÍA**  
Giménez Mollá, Vicenta 629 682 755  
Moreno Fernández, Itziar

**REHABILITACIÓN**  
Higelmo Benavides, Arancha

**TRAUMATOLOGÍA Y CIRUGÍA ORTOPÉDICA**  
Benegas Recondo, Fermín  
Busto Avis, Gorka  
Calvo Riesgo, Juan  
Cuéllar Ayestarán, Adrián  
Cuéllar Gutiérrez, Ricardo  
Lapitz González, Peio  
Larrea Zabalo, María  
Lersundi Artamendi, Ana  
Riojas Monteverde, Alfonso 943 142 636

**UNIDAD DEL DOLOR**  
Marín Paredes, Miguel

**UNIDAD DE DOLOR OROFACIAL**  
Ruiz Villandiego, José Cruz 943 118 333

**UNIDAD DE LA MANO**  
Larrea Zabalo, María

**UROLOGÍA**  
Ibáñez Aiceburu, Ramón





**ANÁLISIS CLÍNICOS  
TEST DIABETES PREVENT**

943 002 837

**ANATOMÍA  
PATOLOGICA**

943 002 733

**ANESTESIA  
Y REANIMACIÓN**

943 000 931

**CHEQUEOS Y  
EVALUACIONES  
MÉDICAS**

943 002 852

**DIAGNÓSTICO  
POR IMAGEN**

943 002 832

**Mamografía**

943 002 832

**Radiología General**

943 002 832

**Resonancia Magnética**

943 002 828

**Escaner de alta definición (TAC)**

943 002 828

**Urodinámica**

943 002 703

**DIETÉTICA Y NUTRICIÓN**

943 502 049

**ENDOSCOPIA**

943 002 703

**GENÉTICA**

943 002 837

**HEMODIÁLISIS**

943 002 702

**HEMODINÁMICA**

943 002 772

**LÁSER CUTÁNEO**

943 002 718

**MICROBIOLOGÍA**

943 002 837

**PRUEBAS DE ESFUERZO  
DEPORTIVAS**

943 002 738

**PRUEBAS ESPECIALES  
CARDIOLÓGICAS**

943 002 728

**PRUEBAS NEUROLÓGICAS**

**Electroencefalografía**

943 002 703

**REHABILITACIÓN**

943 002 730

**REHABILITACIÓN CARDIACA**

943 502 040

**REHABILITACIÓN  
RESPIRATORIA**

943 502 040

**Electromiografía**

943 002 703

**UNIDAD DE ARRITMIAS  
CARDIACAS**

943 002 772

**UNIDAD DE  
CONVALECENCIA**

943 002 849

**UNIDAD DE CUIDADOS  
INTENSIVOS (U.C.I.)**

943 002 834

**UNIDAD DEL DOLOR CRÓNICO**

943 000 931

**UNIDAD DE GENÉTICA  
PERSONALIZADA**

943 502 049

**UNIDAD DE NEURO-  
CIENCIAS CLÍNICAS**

943 502 049

**UNIDAD INTEGRAL  
DE OBESIDAD**

943 002 852

**UNIDAD DEL PIE**

943 000 936

**UNIDAD DE  
SUELO PÉLVICO**

943 502 049

**UNIDAD DEL SUEÑO**

943 002 703

**UNIDAD DE TRÁFICOS**

943 002 838

**UNIDAD DE  
TRASPLANTE CAPILAR**

943 002 852

# Especialidades Médicas y Consultas Externas

**ALERGOLOGÍA**

Martínez Molina, Sara

943 502 040

**ANESTESIOLOGÍA - DOLOR**

Barrios González, Francisco

943 00 09 31

Haro Sanz, Fermín

943 502 049

**ANGIOLOGÍA - CIRUGÍA VASCULAR**

Egaña Barrenechea, José M.

943 002 800

Sánchez Abuiñ, Javier

943 502 040

**APARATO DIGESTIVO**

Arenas Ruiz-Tapiador, Juan Ignacio

943 502 049

Cobian Malaver, Julysa

943 502 049

Esandi González, Fco. Javier

943 502 049

Ugarteburu Soraluece, Idoia

943 502 049

**CARDIOLOGÍA**

Alegría Ezquerro, Eduardo

943 002 819

García Martín, Rubén

943 002 755

Irazusta Córdoba, Fco. Javier

943 002 755

Izaguirre Yarza, Alberto

943 002 755

Uribe-Echeverría Martínez, Eduardo

943 002 755

**CIRUGÍA CARDIOVASCULAR**

Gallo Mezo, Ignacio

943 002 772

Granda Bauza, Ángela

943 002 772

Leal Fernández, Omer José

943 002 772

Pañeda Delgado, Lucía

943 002 772

Sáenz Berbejillo, Alberto

943 002 772

Sánchez Valenzuela, Diego

943 002 772

Pérez-Moreiras y López, Ignacio

943 002 772

**CIRUGÍA GENERAL Y DIGESTIVA**

Elósegui Aguirrezabala, José Luis

943 502 049

Enríquez Navascues, José M.

943 502 049

Murguio Lazcano, Fco. Javier

943 502 049

Ayestarán Eguiguren, Eduardo

943 002 721

Flores Jaime, Laura

943 502 049

**CIRUGÍA MÁXILOFACIAL**

López Vaquero, David

943 502 040

Martín Rodríguez, Fco. Javier

943 502 040

**CIRUGÍA PEDIÁTRICA**

Larreina De la Fuente, Leire

943 502 040

Ramos García, José Luis

943 502 040

**CIRUGÍA PLÁSTICA Y REPARADORA**

Alcelay Laso, M. Olatz

943 297 588

Cormenzana Olaso, Pedro

943 308 041

Del Amo Domenech, José M.

943 297 588

Orozco Delgado, Óscar

943 502 049

Santos Zarza, José Manuel

943 002 745

**CIRUGÍA TORÁCICA**

Izquierdo Elena, José Miguel

943 002 777

**DERMATOLOGÍA**

De Vicente Aguirre, Aitor

943 502 049

Garayar Cantero, María

943 308 192

García Múgica, Cristina

943 308 192

Soto De Delás, Jorge

943 502 049

Uría García, M. Carmen

943 502 049

**DIETÉTICA Y NUTRICIÓN**

Sánchez Tolosa, Eider

943 502 049

**ENDOCRINOLOGÍA**

Blázquez Lautre, Eva

943 502 049

Serrano Muñoz, Teresa

943 502 049

Yoldi Arrieta, Alfredo

943 502 049

**GENÉTICA**

Madero Barrajón, Pilar

943 502 049

**GINECOLOGÍA Y OBSTETRICIA**

Mancisidor Iztueta, Mikel

943 002 721

Moreno Aguayo, Francisco

943 002 808

Pujol Azkue, Iñaki

943 002 721

Trecet Martínez-Illarduya, Juan Cruz

943 002 808

Uriarte Aizpurua, Bruno

943 002 721

Uzcudun Jáuregui, Eduarne

943 002 721

Gabarain Astorqui, Miguel

943 002 721

Alzola Elizondo, Irune

943 002 721

Rodríguez Santos, Javier

943 002 721

Murguindo Olazabal, Domingo

943 002 721

Murua Pérez, Emerson

943 002 721

Susperregui, Laura

943 002 721

Solabarrieta Ijurco, Ainhoa

943 002 721

Cornago Oliver, Sonia

943 002 721

Mateos Salillas, Celia

943 002 721

García Giménez, Miguel

943 002 721

**HEMATOLOGÍA**

Trassorras Arriarán, Mikel

943 502 049

**HEMATOLOGÍA PEDIÁTRICA**

Muñoz-Seca Nardiz, Ignacio

943 502 040

**MEDICINA AERONÁUTICA**

Pérez De Ayala, Enrique

943 002 738

**MEDICINA DEPORTIVA**

Pérez De Ayala, Enrique

943 002 738

Sanz Lázaro, Ignacio

943 002 738

**MEDICINA INTERNA**

Arnal Monreal, Moisés

943 502 032

Camino Ortiz de Barron, Xabier

943 502 033

Casanova Navarro, Yanire

943 502 049

Garcés Garmendia, José Luis

943 502 049

García Zamalloa, Alberto

943 502 049

Mateu Badia, Javier

943 002 811

Merino Moreno, Juan Luis

943 502 049

Sánchez Haya, Eloy

943 502 049

Sistiaga Berasategui, Fernando

943 002 719

**NEFROLOGÍA**

Camacho Ruidiaz, Jhon Alexander

943 502 040

**NEUMOLOGÍA**

Azcune Echeverría, Miren

943 502 040

De los Santos Ventura, Idania