

OTOÑO INVIERNO <u>2017</u>

Cuida tu piel ante los cambios de temperatura Estate alerta ante las enfermedades cardíacas Cuida tu musculatura y tus articulaciones La innovación del rejuvenecimiento íntimo Efectos psicológicos de las redes sociales Mastopexia: el tratamiento para senos caídos



EN ESTE NÚMERO...

¿Tienes estos síntomas?	3	tu piel ante los cambios bruscos de temperatura
Señal de que tienes déficit	6	
de vitamina D en tu cuerpo	8	Diez señales de alerta de enfermedades cardíacas que necesitas saber
Consejos para cuidar de tu musculatura y tus articulaciones	10	700
	12	Desmontamos cinco mitos de la alergía a los ácaros
La innovación de rejuvenecimiento íntimo que mejorará tu calidad de vida Los efectos psicológicos de la utillización de tus	14 16 18	Con la acupuntura y la medicina china se pueden tratar las patologías del aparato digestivo
redes sociales	21	¿Cuándo se <mark>ha de operar</mark> la tiroides <mark>?</mark>
¿Tus manos delatan tu edad? ¡Rejuvenécelas!	22	
		La mastopexia:
	24	el tratamiento para tu seno caído
Varices pélvicas. ¿Qué son y por qué aparecen?	26	
	27	Calendario Medinorte

Siete medidas para cuidar

REVISTA MEDINORTE · N° DEPÓSITO LEGAL: CS 417 - 2013 COORDINA: Clínica MediNorte · DISEÑO E IMPRESIÓN: Comunica't CB www.gabinetcomunicat.com

7 medidas para cuidar tu piel ANTE LOS CAMBIOS bruscos de temperatura

as épocas del año fronterizas entre estaciones suelen estar caracterizadas por los múltiples y continuos cambios climatológicos, en los que la temperatura suele oscilar de forma extrema.

En estas circunstancias tu piel sufre más de lo habitual y no consigue alcanzar un estado normal y equilibrado tanto de humedad como de nutrición. A consecuencia de estos hechos, es posible que aparezcan arrugas más pronunciadas o una mayor cantidad de líneas de expresión. Pero esto lo puedes prevenir.

Para ello es necesario tener ciertos cuidados con tu dermis para soportar los altibajos del clima, y así evitar el envejecimiento prematuro y otras complicaciones...



DERMATOLOGÍA

Medidas respecto al cuidado de tu piel para evitar que se dañe y que envejezca prematuramente

- 1. Una de las zonas más delicadas de los hombres es la barbilla, donde más llega a repercutir los cambios de temperatura; para evitarlo es recomendable usar hidratantes específicos para después de rasurar como lociones y geles que retienen la humedad.
- 2. En el caso del cuidado de las manos, se recomienda que para el aseo se utilicen sustitutos de jabón que no tiene detergente y son más amigables con nuestra piel, y crema hidratante varias veces al día. A la hora de hacer las tareas de la casa, usa guantes para no perder humedad.
- 3. Los baños en invierno deben ser cortos, pues una ducha de agua caliente seguida del aire frío, es la culpable de que la piel de nuestros brazos, piernas y espalda se sienta rasposa.
- 4. Para el rostro también se recomienda utilizar sustitutos de jabón y cremas hidratantes, sobre todo las que contiene ácido hialurónico, que ayudan a retener el agua, además

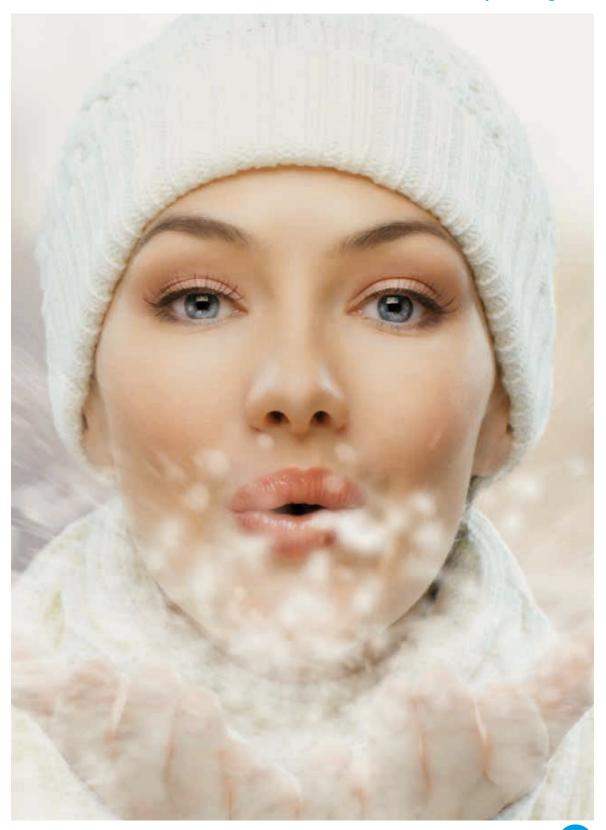
- auxilian a las personas de piel seca y sensible.
- 5. No dejes de beber agua. La sensación de frío hace dejes de hidratarte, pero es aconsejable que tomes entre 1 ½ y 2 litros de agua pura al día; no se cuenta el café, té, jugos, refrescos, etc.
- 6. La dieta diaria es importante, pues durante invierno se liberan muchos radicales libres, que son las principales moléculas de la piel y las responsables del envejecimiento prematuro. Para contrarrestar es necesario consumir antioxidantes en frutos rojos o cápsulas. El cambio de clima, la calefacción, más aquellos factores que no podemos controlar como la contaminación, el tabaco, el estrés... también resecan la piel, por lo que una alimentación balanceada, con granos y frutos, será muy benéfica.
- **7.** Es necesario usar **protección** solar todos los días y lo más recomendable es con un factor de protección superior a 30.

Cuida tu dermis

para soportar

los altibajos del clima

Dr. Enrique Gargallo



ENDOCRINO Y NUTRICIÓN

¿TIENES ESTOS SÍNTOMAS? Señal de que tienes déficit de vitamina D en tu cuerpo

a vitamina D ayuda al cuerpo a absorber el calcio.

Su aporte se encuentra en muchos alimentos, sobre todo derivados lácteos y pescado azul, así como en el sol.

Sin embargo, existen causas del déficit de esta vitamina y algunos síntomas característicos que es importante abordar para tratarlo.

Hasta hace pocos años lo único que se sabía de esta vitamina era que la fuente de su aporte era el sol y algunos alimentos y que el papel que tenía en nuestro organismo iba destinado al metabolismo del calcio, dando lugar a problemas de crecimiento y composición del tejido óseo (raquitismo, osteopenia, osteoporosis).

Hoy en día sabemos mucho más desde la Endocrinología y otras especialidades sobre las causas de su déficit y sobre los síntomas que ello da lugar.

Síntomas de déficit de vitamina D

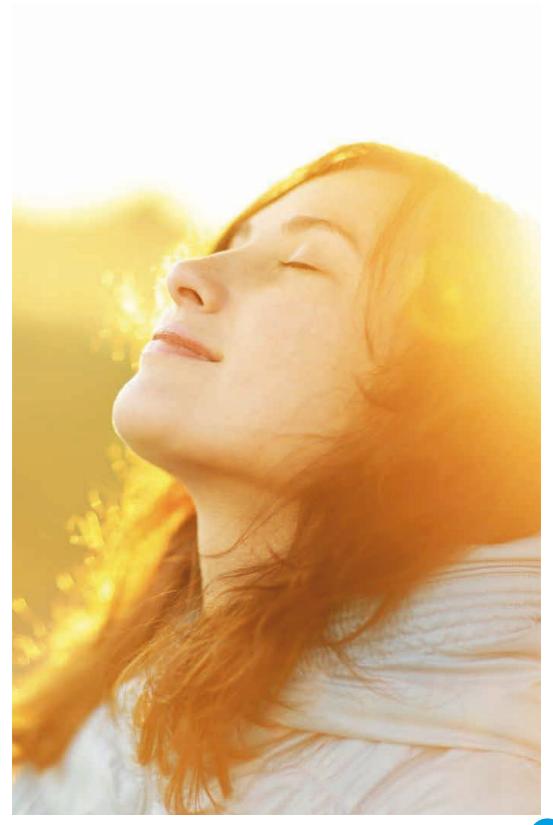
A lo largo de los últimos años se han ido haciendo gran cantidad de trabajos en relación a esta vitamina y ya podemos asegurar que su deficiencia puede producir las siguientes situaciones patológicas:

- · Astenia: debilidad o fatiga general que dificulta llevar a cabo tareas del día a día
- · Apatía: falta de emoción, motivación o entusiasmo
- · Anemia: afección que disminuye la cantidad de glóbulos rojos sanos, encargados de suministrar oxígeno a los tejidos del cuerpo
 - · Sudoración de la cabeza
- Disminución de defensas por un descenso o atrofia en los glóbulos blancos

La vitamina D ayuda al cuerpo

a absorber el calcio

Drs. Rafael de la Cruz y Juan Caro



CARDIOLOGÍA Y ECOCARDIOGRAMA



onocer la sintomatología de las enfermedades cardíacas puede ser determinante para salvar la vida; por tanto, informarse y estar al tanto de la misma es una forma más de prevención.

A continuación compartimos 10 síntomas de enfermedades cardíacas que ignoras.

· Mareos y dificultad para respirar

Los mareos y dificultad para respirar son señales que pueden indicar un ataque cardíaco. Este tipo de síntomas puede generar a su vez pérdida del conocimiento e indicar anormalidades en el corazón, como es el caso de las arritmias.

Fatiga

Afecta en especial a las mujeres y puede ocurrir durante un ataque cardíaco, o en horas, días o semanas previas al mismo. El hecho de sentirse cansado con frecuencia puede ser una señal de que hay algún tipo de insuficiencia cardíaca. Por supuesto, este síntoma también puede ser una señal de otra enfermedad consulta al médico con el fin de recibir un diagnóstico adecuado.

· Náuseas o falta de apetito

Muchas personas experimentan náuseas y vómitos en momentos previos a sufrir de un ataque cardíaco. Además, un síntoma como la hinchazón abdominal asociado con la insuficiencia cardíaca puede interferir con el apetito.

Dolor en diferentes partes del cuerpo

El dolor en el pecho es el más común cuando se está sufriendo de un ataque al corazón. No obstante, este dolor puede extenderse por los hom bros, los brazos, los codos, la espalda, el cuello, la mandíbula o el abdomen. De hecho, en algunos casos el dolor en el pecho no se manifiesta, pero sí en las demás áreas mencionadas.

· Pulso irregular

Una alteración en el pulso de manera ocasional se puede considerar como algo normal. Sin embargo, cuando dicha irregularidad viene acompañada de síntomas como debilidad, mareos o dificultad para respirar puede ser una señal de ataque al corazón, insuficiencia cardíaca o una arritmia.

· Falta de aire

Durante un ataque al corazón, la dificultad para respirar o falta de aliento puede venir acompañada de molestias en el pecho, aunque no en todos los casos.

Sudoración

Romper a sudar frío, especialmente cuando se está en posición de reposo, es una señal de ataque al corazón. Este síntoma se presenta previamente al episodio.

· Inflamación

Sufrir de una insuficiencia cardíaca puede provocar la acumulación de líquidos en el organismo. La hinchazón se hace evidente en los pies, tobillos, piernas o abdomen.

· Palidez o aspecto de enfermo

Muchas personas lucen pálidas o con un aspecto gris antes de sufrir un ataque al corazón. Como la presión arterial puede disminuir mucho, la persona puede lucir visiblemente enferma.



CONSEJOS PARA CUIDAR de tu musculatura Y TUS ARTICULACIONES

Mantener una buena condición física es un aspecto muy relevante a la hora de mantenemos en forma, jóvenes y sin dolores, por ello hoy entrevistamos a nuestra Fisioterapeuta, para que conozcas mejor como te puede ayudar.

¿Por qué es importante el trabajo de un fisioterapeuta?

Nuestro trabajo consiste en mantener o mejorar la funcionalidad de nuestro cuerpo, ya sea tratando las posibles lesiones agudas que puedan padecer, como realizando una ejercicios de prevención de la autonomía funcional.

La necesidad de sentirse ágil, flexible y sin dolores, es una de las necesidades vitales de todo ser humano.

Tenemos la creencia de que es necesario acudir a la fisioterapia para paliar algún mal, pero ¿puede utilizarse como forma de prevención?

Es preferible que se acuda al fisioterapia antes de cualquier lesión, pues aparte de evitarla, si aparece, nos ayudará a recuperarnos antes. Con la fisioterapia podemos prevenir des de que se produzcan caídas hasta que no nos hagamos daño en nuestra espalda. Saber dónde tenemos nuestras limitaciones, pero también saber dónde tenemos nuestros puntos fuertes y habilidades, nos hará ser más autónomos al conocer al máximo nuestro cuerpo y cómo realizar nuestras funciones vitales de la mejor manera para nuestro organismo.

El contacto directo con los pacientes en tu día a día es fundamental. ¿En qué medida lo consideras importante para un tratamiento exitoso?

Sin que el paciente se implique en el tratamiento, en los ejercicios... las posibilidades de que obtenga unos resultados óptimos son distintos.

Según algunos estudios, el éxito de un tratamiento se debe al 50% a las técnicas y saber hacer del fisioterapeuta, y el otro 50% a cómo lo ha explicado y ha involucrado al paciente en el tratamiento y sus aspiraciones de curación. A veces hay que motivar al paciente pero sin su ayuda, sin cam-



bio de hábitos por recomendación del especialista no mejorará y pude volver a recaer.

¿Nos podrías dar alguna recomendación a tomar en cuenta para prevenir los problemas más comunes a medida que avanzamos en edad?

Es vital mantener la actividad de nuestros músculos y articulaciones.

Conforme envejecemos nuestro aparato locomotor va cambiando: la

musculatura se debilita, los reflejos se ralentizan, las articulaciones pierden movilidad..

Para relentizar este proceso, evita es el sedentarismo a toda costa: mantén una vida activa, camina con amigos, nada....

Es muy aconsejable realizar todo tipo de actividades físicas, en compañía y aunque no requieran grandes esfuerzos, ya estas cuidando por tu salud.



12

Dras. Xueying Wang y Blanca Sandoval

ctualmente, vivimos en una sociedad con el ritmo de vida muy acelerado, muchas personas sufren de estrés, no tienen tiempo para cuidar su alimentación ni tampoco para practicar el ejercicio necesario para tener una buena salud. Además, cada vez hay más casos de alergia e intolerancia a ciertos alimentos. Estos malos hábitos y situaciones tan cotidianos influyen negativamente a la salud de nuestro aparato digestivo, provocando patologías bastante frecuentes como:

- Dispepsia
- Pirosis
- · Estreñimiento
- · Colon irritable
- · Diarrea
- Vómitos

Según la concepción de la medicina tradicional china (MTC) se origina por un desequilibrio del bazo, el hígado y del riñón. Los profesionales de las clínicas Guang An Men le realizarán un primer diagnóstico para identificar si sufre una enfermedad digestiva concreta o padece un síntoma provocado por otra dolencia y darán comienzo al tratamiento necesario inmediatamente.

La acupuntura es un tratamiento muy efectivo para minimizar y sanar los síntomas de tan molestas patologías. Se suele combinar con otro tipo de tratamientos para que sea lo más efectiva posible como:

- · Técnicas de auriculopuntura
- · Técnicas de moxibustión
- · Técnicas con ventosas

Además, los profesionales de las clínicas Guang An Men le recomendarán seguir unas pautas relacionas con la alimentación y el ejercicio físico para ayudarle a tener unos hábitos de vida más saludables y minimizar los síntomas lo más rápido posible.



GINECOLOGÍA

La innovación de rejuvenecimiento

ÍNTIMO QUE MEJORARÁ

tu calidad de vida

on los partos, la menopausia y el paso del tiempo los tejidos de la zona genital de la mujer van perdiendo tensión y envejecen al igual que todo tu cuerpo.

El tejido vaginal está hecho de fibras de colágeno que, durante el paso de los años, el día a día, sus funciones, los partos... se dilatan creándote sensaciones de flacidez, sequedad, irritación... efectos que afecta a tu calidad de vida sexual como mujer.

En ello se ha interesado la cirugía estética genital y a través de muchas investigaciones han descubierto diferentes tratamientos para hacer frente a estas situaciones y que vuelvas a sentirte y que vuelvas a sentirte bien contigo misma.

Hay que destacar que este tratamiento genital no sólo tiene un fin estético, va mas allá e incide en un aumento de la autoestima en sus pacientes y en sus relaciones personales y su calidad de vida sexual y no sexual.

Cuando hablamos de belleza genital femenina, se centran en dos mayores preocupaciones de las mujeres:

Dra. Ana Marbella Muñoz Jaramillo

- El deseo de recuperar el tamaño y la firmeza en los labios mayores y en el monte de Venus que han perdido.
- Volver a sentir la zona hidratada y libre de sequedad.

Los laboratorios ISDIN han creado dos tratamientos para hacerles frente:

Desirial que reduce la sequedad y el picor (es un ácido hialurónico indicado para resolver el problema de la sequedad y el trofismo cutáneo).

Desirial Plus que devuelve la firmeza y la turgencia a la zona íntima (un ácido hialurónico formulado para ser inyectado en los labios y rellenarlos de forma natural para las mujeres que sufren una hipatrofia de moderada a severa en los labios mayores de la vulva).

Estas técnicas de rejuvenecimiento genital permiten lograr que la zona luzca un aspecto más joven y recuperar, además, determinadas funciones que pueden haberse perdido, como por ejemplo, la contención urinaria (la flacidez de los tejidos de la zona es una de las causas de pérdidas de orina) o la satisfacción durante el acto sexual tanto de la mujer como de su pareja.

Estos tratamientos ya estas a su disposición en la clínica MediNorte con nuestros especialistas.



ALERGOLOGÍA

Desmontamos

5 MITOS

de la alergia a los ácaros



omo en todas las enfermedades alérgicas, la rapidez del diagnóstico aumenta las probabilidades de éxito del tratamiento.

Entre las causas de las alergias me-

nos conocidas están los ácaros, que suelen vivir en el polvo.

Sobre este problema existe mucha desinformación, por ello queremos acercarte y hablar de 5 mitos acerca de esta alergia. Mito # 1. "No es peligrosa". Debe tomarse en serio, afecta la salud de diferentes formas, y producir reacciones importantes con episodios de asma.

Mito # 2. "Puedo tener animales de compañía en casa". Es preferible no tener mascotas de pelo ni pluma en casa porque los ácaros del polvo se alimentan de restos humanos y animales.

Mito # 3. "El polvo que viene de la calle y el que se produce en las obras también causan alergia a los ácaros". Los ácaros prefieren sitios oscuros, cerrados y húmedos, por lo que sólo sobreviven en el interior de las viviendas que tienen estas condiciones. No existen ácaros en el polvo de la calle, ni en el que se levanta

en la arena ni en el de las obras. Este tipo de polvo puede producir síntomas respiratorios por su efecto irritativo.

Mito # 4. "Aumenta en otoño y primavera". Puede afectar en cualquier estación del año si se dan las condiciones ambientales necesarias.

Mito # 5. "El polen produce más alergia que los ácaros". La sensibilización a los ácaros desarrolla más asma que la de los pólenes.

Si sufre alegría a los ácaros, los alergólogos disponen de tratamientos eficaces para controlar los síntomas, evitar la evolución de la enfermedad e incluso disminuir su sensibilización, consulte y averigüe como controlarlo.





Laboratorio que se dedica a la realización de Análisis Clínicos Microbiológicos y Hematológicos en muestras biológicas humanas, incorporando tanto las últimas tecnologías analíticas como los máximos estándares de calidad en la prestación de un servicio integral a sus clientes que dispone de punto de extracción en MediNorte.

PSICOLOGÍA



Los efectos psicológicos de la

UTILIZACIÓN

de tus redes sociales



n la actualidad las redes sociales tienen una gran repercusión y, en ocasiones, parece que lo que no está en las redes sociales no existe.

Además, las redes sociales tienen efectos psicológicos positivos y negativos en las personas.

Hoy en día son pocas las personas que no tienen un perfil en alguna red social, pero el uso que se le da a las redes es diferente de unas personas a otras puesto que depende de motivaciones distintas.

Las redes sociales han cambiado la forma en la que nos comunicamos y nos relacionamos con otras personas.

Generalmente las redes sociales se utilizan para mantener amistades, buscar amigos de la infancia, ampliar el círculo social, vender productos y servicios o incluso buscar trabajo. La comunicación resulta mucho más sencilla y rápida y, además, las redes sociales tienen un alcance global por lo que podemos hablar y relacionarnos con personas de todo el mundo. Esta situación supone también una desventaja porque algunas personas se aíslan al utilizar las redes sociales y se alejan de la vida real.

Existen riesgos psicológicos que necesitas saber para detectarlas y utilizar las redes sociales para tu propio beneficio sin que te cause ningún daño:

Adicción a las redes sociales. Muchas personas, sobre todo adolescentes, no pueden estar más de un minuto sin consultar las redes so-

ciales y sienten ansiedad cuando no tienen acceso a ellas.

Aislamiento. Como decíamos anteriormente, la comunicación que facilitan las redes sociales también puede suponer una forma de aislamiento para algunas personas que se encierran en casa para relacionarse solo a través de Facebook, Twitter u otras redes sociales.

Comportamiento antisocial. El hecho de relacionarnos solo en un entorno virtual con otras personas puede producir un comportamiento antisocial.

La desconexión de las redes sociales puede producir en personas adictas síntomas de ansiedad y de estrés.



¿Cuándo se ha de operar DE TIROIDES?

illones de personas de todo el mundo padecen afecciones tiroideas, tales como un aumento del tamaño de la glándula tiroides (bocio), nódulos tiroideos cancerosos o no cancerosos, o una glándula tiroides hiperactiva.

La tiroides es la encargada de producir importantes hormonas que controlan tu metabolismo: en otras palabras, el modo en que el cuerpo obtiene energía de los alimentos ingeridos.

Si tu tiroides no funciona bien, el cuerpo utiliza la energía más lenta o más rápidamente de lo que debería.

El aumento de tamaño de la glándula tiroides recibe el nombre de bocio y puede estar causado por diversas afecciones.

Algunas afecciones tiroideas se pueden tratar con medicamentos, pero otras se tratan mejor con cirugía. En ciertos casos, puede ser necesaria una operación para extraer toda la glándula tiroidea o una parte de ella. Por ejemplo:

- Si hay un bocio o un nódulo (crecimiento de la tiroides) grande que esté presionando la tráquea o provocando otros síntomas debidos a su tamaño.
- Si no se puede tolerar la medicación para la tiroides (p. ej. si hay efectos secundarios graves).
- Si no se puede o no se desea recibir terapia con yodo radiactivo.
- Si hay nódulos tiroideos cancerosos, si no se puede descartar el cáncer o si el nódulo continúa creciendo a pesar de la terapia médica.

Dependiendo del caso y las características existen diferentes tipos de cirugía que el cirujano le explicará para su mayor mejoría.

La tiroides es la encargada

de producir importantes hormonas

¿Tus manos delatan tu edad? REJUVENÉCELAS

as manos muchas veces son las que delatan tu edad, ya que tu rostro y cuerpo están cuidados mediante el ejercicio, la alimentación pero ¿qué puedes hacer con tus manos?

El rejuvenecimiento de manos es uno de los tratamientos en Medicina Estética que está teniendo un verdadero auge por la gran importancia que tiene hoy en día mostrar una cara joven y también unas manos con aspecto saludable ya que son dos zonas de nuestro cuerpo que más entran en contacto con nuestras relaciones sociales.

Es especialmente a partir de los 40 años cuando se produce un deterioro paulativo del aspecto de las manos, especialmente el dorso, donde pueden aparecer signos de envejecimiento como son las manchas, la piel quebradiza, el aumento de la red venosa y la deshidratación.

Esta serie de aspectos han hecho que cada vez más pacientes nos pidan una serie de tratamientos que mejoren la calidad de la piel de sus manos.

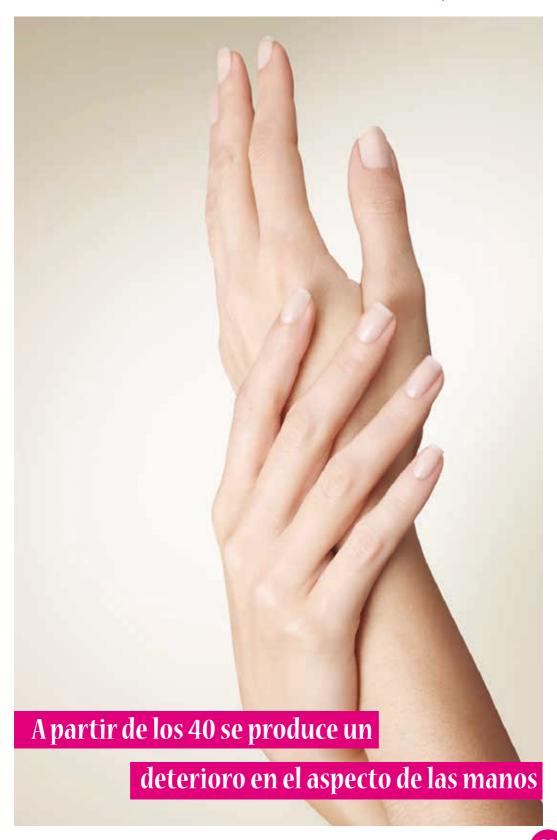
Mediante una combinación de técnicas en la clínica MediNorte puedes recuperar lo que has ido perdiendo a lo largo de los años por efecto de la exposición solar o de otros factores.

Tras los tratamientos realizados con una combinación de técnicas las manos lucen un tono uniforme, sin manchas, con la piel hidratada y plena, más redondeada y acolchada.

El dorso de las manos y las muñecas, así como los antebrazos son las zonas que se pueden tratar.

Las sesiones son rápidas y confortables y el paciente puede retomar su actividad inmediatamente después de salir de la consulta.

22



CIRUGÍA PLÁSTICA

LA MASTOPEXIA: el tratamiento para tu seno caído

a caída prematura de los senos es un problema que afecta a mujeres de cualquier edad.

Sus causas guardan una relación directa con los embarazos, la lactancia, el tamaño de los senos, el adelgazamiento, la actividad física y los hábitos en el vestir.

Existe una predisposición mayor a padecer este problema en las mujeres en las que además existe una laxitud o debilidad congénita en los tejidos cutáneos, lo que explica porque mujeres con una historia ambiental parecida sufren una evolución diferente en la posición de sus mamas.

Durante muchos años los cirujanos plásticos en todo el mundo han recurrido a decenas de técnicas diferentes para conseguir elevar las mamas; es el punto sobre el que mayor cantidad de discusiones se generan, lo cual da idea de la complejidad para obtener un resultado óptimo.

La corrección estética de la mama caída implica la utilización de diversos recursos quirúrgicos que, unidos, pueden ayudar al cirujano plástico a dar solución a este problema femenino, de ahí que los mejores resultados se obtienen cuando más experiencia se acumula.

A veces su corrección puede realizarse con una intervención rápida y de breve postoperatorio mediante la colocación de unos implantes mamarios mediante técnicas especiales, dispositivos médicos que cada vez ofrecen una mayor seguridad y una duración más prolongada, disminuyendo la necesidad de ser cambiadas con el paso del tiempo.

En contra de lo que se piensa no es necesaria la utilización de grandes implantes para su corrección, pudiendo incluso mantener la talla de sujetador si la mujer no desea aumentar su volumen.



VARICES PÉLVICAS ¿Qué son y por qué aparecen?

as arañas vasculares no solo afectan a las piernas, sino que entre un 10 y un 15% de la población femenina también sufre este problema en las venas de la pelvis.

Las varices afectan al 50% de las mujeres y al 40% de los hombres. No obstante, las arañas vasculares no solo tienen lugar en las piernas... Las varices pélvicas también son un problema.

Son más frecuentes en mujeres que han tenido varios embarazos y empeoran en cada gestación.

Otras posibles causas son las alteraciones hormonales, las compresiones mecánicas de las venas de la pelvis por otras estructuras, sin olvidar los factores hereditarios.

Aunque pueden no aparecer síntomas, también pueden producir el síndrome de congestión pélvica y ser la causa de la aparición de otras varices en los miembros inferiores.

Las varices de las extremidades

asociadas a un origen pélvico suelen tener una distribución más atípica, y afectan más a la cara lateral de la pierna, ingle, pliegue del glúteo, periné y vulva.

Las opciones diagnósticas para esta patología pasa, en primer lugar, por una alta sospecha clínica al constatar dolor pélvico crónica y varices atípicas en las piernas o que no responden adecuadamente al tratamiento.

Las pruebas más habituales son la ecografía Doppler, la angio-tomografía o una angio-resonancia en fase venosa.

Actualmente, el tratamiento se practica mediante técnicas mínimamente invasivas, a través de una punción venosa bajo anestesia local, que puede ser la vena femoral, la yugular o una del brazo derecho.

Con esta técnica se suele conseguir una mejoría de más del 90% de los pacientes, que habitualmente se recuperan de forma inmediata y son dados de alta el mismo día.

CALENDARIO MEDINORTE

= 2017 =

—— ENERO ——	—FEBRERO —	—— MARZO ——
1	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
2 3 4 5 6 7 8	6 7 8 9 10 11 12	6 7 8 9 10 11 12
9 10 11 12 13 14 15	13 14 15 16 17 18 19	13 14 15 16 17 18 19
16 17 18 19 20 21 22	20 21 22 23 24 25 26	20 21 22 23 24 25 26
23 24 25 26 27 28 29	27 28	27 28 29 30 31
30 31		
———ABRIL ——	MAYO	—— JUNIO ——
1 2	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4
3 4 5 6 7 8 9	8 9 10 11 12 13 14	
10 11 12 13 14 15 16	15 16 17 18 19 20 21	12 13 14 15 16 17 18
	22 23 24 25 26 27 28	
24 25 26 27 28 29 30		26 27 28 29 30
—— JULIO ——	——AGOSTO—	-SEPTIEMBRE-
1 2	1 2 3 4 5 6	1 2 3
3 4 5 6 7 8 9	7 8 9 10 11 12 13	4 5 6 7 8 9 10
10 11 12 13 14 15 16	14 15 16 17 18 19 20	11 12 13 14 15 16 17
17 18 19 20 21 22 23	21 22 23 24 25 26 27	18 19 20 21 22 23 24
24 25 26 27 28 29 30	28 29 30 31	25 26 27 28 29 30
31		
—OCTUBRE—	-NOVIEMBRE-	—DICIEMBRE—
1	1 2 3 4 5	1 2 3
2 3 4 5 6 7 8	6 7 8 9 10 11 12	4 5 6 7 8 9 10
9 10 11 12 13 14 15	13 14 15 16 17 18 19	11 12 13 14 15 16 17
	20 21 22 23 24 25 26	
23 24 25 26 27 28 29		25 26 27 28 29 30 31

* Los días señalados en azul en el calendario, la Clínica MediNorte permanecerá cerrada.

Recuerden que estamos abiertos los 365 días del año en: www.medinorte.es

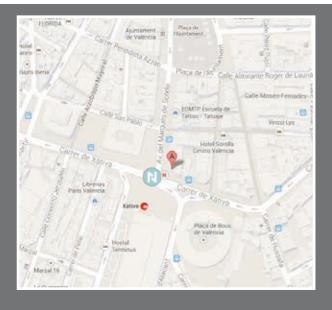
HORARIO DE LA CLÍNICA MEDINORTE De lunes a jueves: de 8:30 a 14:00 horas y de 16:00 a 21:00 horas Viernes: de 8:30 a 14:00 horas



Clínica Médica Medilorte

CENTRO SANITARIO AUTORIZADO POR LA CONSELLERIA DE SANIDAD Nº 5415 Ley de Protección de Datos 15/1999 de 13 de Diciembre

ACUPUNTURA ANÁLISIS CLÍNICOS ALERGOLOGÍA Y ASMA ANGIOLOGÍA Y CIRUGÍA VASCULAR CARDIOLOGÍA Y ECOCARDIOGRAFÍA CIRUGÍA GENERAL Y APARATO DIGESTIVO COACHING **DERMATOLOGÍA ENDOCRINOLOGÍA Y NUTRICIÓN FISIOTERAPIA** MEDICINA ESTÉTICA FACIAL MEDICINA ESTÉTICA CORPORAL **OBSTETRICIA Y GINECOLOGÍA** PREVENCIÓN Y CONTROL DEL ENVEJECIMIENTO **PSICOLOGÍA** UNIDAD DE CIRUGÍA PLÁSTICA Y ESTÉTICA UNIDAD DE LASERTERAPIA



CLINICA MEDINORTE

Marqués de Sotelo, 13, 1°, 2ª 46002 Valencia (frente Estación del Norte) Telf. 96 344 05 05 96 322 06 59 www.medinorte.es medinorte@comv.es

