

Salud

Entrevistamos a **Raúl Ortega**, Quiropráctico experto en problemas de columna

“Ajustes vertebrales para dolores musculares crónicos”



Raúl Ortega, Quiropráctico

En nuestra consulta buscamos el origen de sus problemas en vez de enmascarar los dolores con calmantes y antiinflamatorios.

Nuestro tratamiento no es agresivo con el paciente y se centra en evitar que se llegue a necesitar cirugías que conllevan un alto riesgo y largas convalecencias postoperatorias y que además no siempre garantizan la solución del problema.

DR Ortega, Usted cursó sus estudios de quiropráctico en EEUU y trabajo en distintas clínicas de ese país, **¿que técnicas utilizan para evaluar las dolencias de sus pacientes?**

Nos basamos en las radiografías y resonancias que aporta el paciente así como en test ortopédicos y escanners que realizamos en consulta.

¿En cuanto tiempo se pueden observar resultados con los tratamientos quiroprácticos?

Siempre va a depender del estado del estado y dolencia del paciente, se pueden ver resultados desde la primera consulta en algunos casos, en los más complicados son necesarias varias sesiones para ver una clara mejoría.

“Vamos al origen del problema, en vez de enmascararlo con calmantes y antiinflamatorios”

¿Que otras dolencias a parte de las de la espalda se pueden tratar con la quiropráctica?

La quiropráctica se basa en mejorar la comunicación del sistema nervioso con el resto del organismo, por lo que se pueden observar mejorías a todos los niveles, aunque lo más común son los problemas de espalda, dolores de cabeza, ansiedad, mareos, ciáticas, hernias discales.

**CLÍNICA QUIROPRÁCTICA
Dr. Raúl Ortega**

Tel.: 91 310 74 01
www.quiromadrid.com

Mejoramos globalmente la vida de las personas

35 años de experiencia en la atención integral de pacientes y en la formación de otros psicólogos. Nuestro equipo está formado por once psicólogos clínicos, un psiquiatra y dos especialistas en lenguaje y desarrollo. Especialistas de la salud que abarcan la atención de **adultos, mayores, adolescentes y niños.**

¿Cuándo acudir a un psicólogo?

Son muchos los motivos para solicitar ayuda psicológica, desde sufrir una sintomatología invasiva hasta el deseo de mejorar.

La dificultad para afrontar problemas cotidianos, las relaciones personales, los cambios en la forma de vida, el manejo del estrés, pueden requerir el aprendizaje de estrategias que nos ayuden a resolver mejor esas situaciones.

¿Cómo sé que mi hijo necesita un psicólogo?

Cuando exista un retraso o dificultades en la adquisición de habilidades, destrezas o conductas apropiadas a cada edad (habla, control de esfínteres, lectura, escritura).

Cuando persisten y se mantienen en el tiempo características de edades anteriores: miedo a la oscuridad, a ir al colegio, a separarse de los padres...

Los niños muestran su malestar expresándolo o a través de su conducta: llanto,



desobediencia, desafíos... incluso un empeoramiento en su rendimiento académico.

¿Cómo conseguir que mi hijo adolescente acuda a consulta?

Conviene expresar nuestra preocupación e informarles de nuestra intención de buscar ayuda y de pedirles que se incorporen al proceso. Si no desean colaborar, respetar su decisión y acudir nosotros. Cambiar nuestra manera de manejar los conflictos nos permitirá ayudarles y posibilita que ellos se incorporen más adelante.



Tel.: 91 431 21 45 • www.cinteco.com

AYUDAS TÉCNICAS A MEDIDA PARA DISCAPACITADOS

“CAT SIN BARRERAS nos da la tranquilidad de que no estamos solos ante una discapacidad”



los productos a demanda del cliente, modificamos los mismos a cualquier solicitud que se nos haga para mejorar la calidad de vida de nuestros clientes, ya sea electrónica, mecánica o de confort.

“existen usuarios con distintas necesidades especiales y específicas”

Somos un grupo de profesionales con 20 años de experiencia, titulados por la Universidad Complutense de Madrid y especialistas en posicionamiento y ayudas técnicas a discapacitados.

Disponemos de servicio técnico propio en nuestro centro. Nuestra filosofía de ventas está respaldada por nuestra cualificación técnica en colaboración con los distintos profesionales del campo de la rehabilitación (médicos, fisioterapeutas, terapeutas ocupacionales, etc.) y con el único fin del beneficio del paciente.

Nuestra filosofía es prestar un servicio exclusivo de adaptación de nuestros productos a demanda del usuario. En **CAT Sin Barreras** hemos apostado por este servicio porque creemos que existen usuarios con necesidades especiales y específicas. Nuestra empresa personaliza

Creemos en la filosofía de que debemos adaptarnos a las necesidades del usuario y no al contrario, por ello disponemos de un equipo de profesionales dispuesto a atender todas sus sugerencias y resolver cualquier propuesta que nos plantee.

La experiencia en este área nos destaca del resto, siempre con la motivación de comprobar la satisfacción garantizada de todos nuestros clientes en los muchos años que llevamos trabajando en el sector de la ortopedia, rehabilitación y ayudas técnicas.

CAT SIN BARRERAS

Tel.: 91 777 40 99
www.ortopediarehabilitacion.com

“NATUFISIO, Osteopatía, Fisioterapia, Nutrición y Pilates”

Entrevistamos a Gema Álvaro, diplomada en Fisioterapia, el CO en Osteopatía, Máster en Nutrición y Planificación Dietética, experta en nutrición ortomolecular y psiconeuroinmunología:

¿Qué tipo de pacientes reciben en su centro?

Deportistas, gente con lesiones en traumatología (dolores cervicales, ciáticas, dolores de cabeza...), problemas viscerales (diabetes, problemas tiroideos o de colon) o incluso bebés. Desgraciadamente también cada vez más gente con cáncer. Gracias a una alimentación específica según sus debilidades causadas por el cáncer, podemos conseguir la mejor calidad de vida durante la quimioterapia e incluso luchar contra el cáncer.

¿Qué tipo de tratamientos ofrecen?

Tratamos el dolor del paciente intentando llegar a la causa para poder tratar así el origen de este. Sería poco efectivo centrarnos únicamente en la zona de dolor y sólo tratando el verdadero origen de la lesión podemos llegar a mejorar en salud y calidad de vida.

¿Alguna recomendación para esta época del año?

Como se acerca el buen tiempo y la gente quiere mejorar su imagen hay que hacer caso a las recomendaciones que hablan de una dieta saludable y ejercicio físico tenien-



Gema Álvaro, Directora del centro

do en cuenta que el deporte por sí sólo no nos va ayudar a conseguir nuestro objetivo, hay que seguir una alimentación equilibrada.

¿Cómo de importante es la alimentación y cómo influye nuestra salud?

La alimentación es fundamental, cada vez hay más casos de cáncer o enfermedades autoinmunes como la ELA, enfermedades cardiovasculares y diabetes y uno de los factores determinantes es la nutrición. Nuestros pacientes mejoran notablemente sólo con un cambio en la alimentación. Es importante relacionar la alimentación no sólo con estética (estar gordos o delgados) sino también con salud.



Tel.: 91 232 83 22 • www.natufisio.com