

## SANIDAD

## El Peset creará una unidad de cirugía de columna

El Hospital Universitario Doctor Peset de Valencia ha obtenido la autorización de la Conselleria de Sanidad para la creación de una Unidad de Referencia de Cirugía de Columna dentro del Servicio de Cirugía Ortopédica y Traumatología de este centro sanitario. De esta forma, el hospital se une a los centros de referencia de la Comunitat Valenciana para cirugía de columna vertebral.

La patología de columna es una patología difícil tanto en su diagnóstico como en las indicaciones terapéuticas. Exige una "amplia" experiencia quirúrgica con personal formado en cirugía general, traumatología y cirugía ortopédica y formación específica en cirugía de columna.

Por este motivo, sólo puede tratarse en los grandes hospitales y en hospitales de referencia desde un enfoque multidisciplinar en el que la colaboración de servicios como anestesiología, rehabilitación y neurofisiología es "imprescindible".

## MOROS Y CRISTIANOS

## Siete cámaras retransmitirán por internet las fiestas de Alcoy

Las fiestas de Moros y Cristianos de Alcoy, que se celebrarán entre los días 21 y 24, serán retransmitidas en directo para todo el mundo por internet gracias a la instalación de siete cámaras en los puntos estratégicos del recorrido. El concejal de Nuevas Tecnologías, Mario Pons, avanzó ayer que ya funcionan esas siete cámaras y que las mismas ofrecerán unas imágenes de gran calidad para que la fiesta pueda ser seguida a través de la red de redes.

Seis de estas cámaras se ubican entre el Partidor, la calle de San Nicolás, en el castillo de fiestas, en el Círculo Católico de Obreros en la plaza de España y el Ayuntamiento.

A través de esta última se podrá seguir, además, 'l'arrancá de la Diana', que es el primer acto oficial de la trilogía festera el Día de las Entradas y que comienza a las seis de la mañana en la plaza de España. La séptima, con un radio de 180 grados, está situada en el Cantó el Pinyó.

## SALUD

# "Para mí no existen enfermedades crónicas, podemos autocurarnos"

M<sup>a</sup> Àngels Mestre relata en un libro cómo ganó la batalla a la fibromialgia tras 5 años

MARÍA MÁRQUEZ  
mariam Marquez@valenciahui.es

**A** María Àngels Mestre la menopausia le brindó una desagradable sorpresa: fibromialgia (trastornos reumáticos caracterizados por dolor y rigidez de intensidad variable de los músculos, tendones y tejido blando circundante) y síndrome de fatiga crónica. Le esperaban cinco angustiosos años en los que el dolor se apoderó de su cuerpo hasta que una grave contractura que le paralizó las extremidades inferiores la dejó en cama tres días.

Ahí empezó su curación y su nueva vida. Para unos suerte sin más y para otros, gran voluntad y constancia. Una experiencia que decidió plasmar en un libro presentado ayer en Valencia: 'Hablemos de fibromialgia. Yo la he ganado, tú también puedes'. Recalca que su caso "no es un milagro" ni el primero en curarse, sino un testimonio más para que la gente confíe en su "potencial de autocuración", pese a que los médicos y la OMS insisten en la cronicidad de la fibromialgia. "El problema es que no se conocen a los asintomáticos", responde.

### Pensar-sentir-actuar

Apartó la medicina convencional, que según ella sólo le había aportado fuertes efectos secundarios y continuas visitas a urgencias, y apostó por la medicina holística. Los comienzos tampoco fueron un camino de rosas, probó varios homeópatas y terapias hasta encontrar la tríada 'milagrosa' que la salvo del dolor crónico: acupuntura, shiatsu y reflexoterapia. Pero Mestre recalca que cada enfermo tiene unas necesidades concretas y las alternativas son muchas.



Mestre presentó ayer su libro en Àmbito Cultural de El Corte Inglés, de Colón.

MER

## Tras una contractura que la encamó tres días, abandonó los fármacos y probó las terapias alternativas

En su libro, se atreve a contestar preguntas que la ciencia no ha podido desde que comenzó a investigar esta patología en la década de los ochenta. Admite risueña que su experiencia le ha permitido explicar de forma tajante que las emociones reprimidas ("energías que se transforman en dolor, tensiones, y demás síntomas") son las causantes de la enfermedad, mientras que la mujer es la principal afectada por su "conflicto para expresar esas emociones" y su orgullo perfeccionista que quiere extender a todos los ámbitos de la vida. "El perfeccionamiento quema pero no enferma, esto ocurre cuando

no verticalizamos pensar-sentir-actuar", señala. Su teoría se basa en que los fibromiálgicos viven más para agrandar a los demás que para ser consecuentes consigo mismos. "Respetarse es un condicionante para tener salud. Si no sale la fibromialgia, aparecerá otra enfermedad", resalta.

Cuando empezó a considerar su enfermedad "como una maestra y no como una enemiga", cambió radicalmente el sentido de su vida, desde las relaciones personales hasta la alimentación. En 15 días, gracias a la comida macrobiótica, se deshizo de un lastre de la fibromialgia: el colon irritable. "Los médicos me decían que era crónico. Para mí ya no existen enfermedades crónicas, sino un desconocimiento de nuestro potencial para autocurarnos", afirma.

No pretende ser una gurú de las terapias alternativas sino guiar a la gente para ayudarla a "experimentar" ante la desespe-

ración de las temporadas de dolor "que no te dejan de día ni de noche". Mestre explica que ese calvario llega a destruir familias y vidas, incluso hasta el punto de optar por el suicidio, como los 12 casos ocurridos en Canarias en solo un año. Al enterarse, se trasladó a las islas para dar una conferencia, una de las muchas que ha ofrecido desde septiembre, fecha de publicación de libro.

También ayuda a afectados mediante talleres que imparte en Barcelona y que en pocos meses dan sus frutos. De 20 participantes, cuatro de ellas están asintomáticas y una tras apenas cuatro meses de seguir las recomendaciones de Mestre. Esta será la base de un próximo libro que emprenderá en breve.

Un testimonio esperanzador para una enfermedad que afecta a 25.000 personas en Valencia, incidencia que se quintuplica en la Comunitat y que llega al millón y medio en toda España.

## Un experto asegura que una dieta rica en nutrientes evitaría 50.000 cánceres anuales

El director de análisis genéticos del laboratorio Añor de Alicante, Andrés Corno, ha estimado que una dieta adecuada en nutrientes podría evitar aproximadamente el 30% de los casos de cáncer no hereditarios, unas 48.600 detecciones cada año.

Según Corno, al año se detectan unos 162.000 nuevos ca-

sos de cáncer (no melanomas) y una dieta apropiada evitaría uno de cada tres, especialmente en tumores digestivos (esófago, colon y recto), aéreos (pulmón) y endocrinos (mama).

El especialista ha recordado que aproximadamente el 20% de la población europea registra un déficit nutricional.

Ha subrayado que, a pesar de que a lo largo de una vida se ingieren unas 20 toneladas de alimentos, la incidencia de éstos en el organismo y los posibles déficits nutricionales no están suficientemente estudiados a pesar de que son una de las principales causas de cáncer. Corno hizo stas declaraciones en la presentación

de un sistema genómico de evaluación de riesgos con fines preventivos, que desarrolla Añor, 'Nutrigen'. Estos análisis muestran la eficacia biológica del individuo para metabolizar y excretar los nutrientes, así como para reparar y defenderse frente a las bacterias, todo lo cual repercute en la salud.