

17	18	19	20
E	-	-	F
2	8	9	5
16	13	13	13

28	29	30	31
-	-	C	-
2	8	9	-
17	17	17	-

13.30 h.)

Farmacia			
1, 9, 11, 10			
1, 5, 8, 7, 11, 10			

7	8	9	10
AH	F	-	I
1	10	2	8
14	14	15	15

17	18	19	20
-	C	-	D
11	1	10	2
12	12	12	12

28	29	30	31
HI	-	-	H
11	1	10	2
16	16	13	13

13.30 h.)

Farmacia			
9, 2, 7, 11, 1, 6, 10			
1, 6, 11, 9, 8, 7, 10			

jenas al periódico

ES
SALUD
IÓN -

6:30/21 h.)
9 a 14 h.)
16:30 a 21 h.)

AÑO XX-N.º 212
Abril 2011

ronicas.com
ón Gratuita

94 457 17 68
Bizkaia)

ti, Javier Fernández,

ido de los trabajos
esariamente con los
alquier texto o publi-
as, sociedades u or-
alquier información
edio.

s en Durango,

• Bomberos Iurreta 94 681 23 95
• Ertzaintza Dgo. 94 466 93 00
• Iberdrola Averías 902 10 22 10
• INEM 902 39 99 99
• Autobuses PESA 902 101 210
• Naturgas emergencias 900 40 05 23
• Mancomunidad 94 681 81 16
• Consorcio aguas 94 487 31 87

DURANGO

• Ambulatorio de Especialidades
(H. Gudarién) 94 603 28 60
• C. Salud Amorebieta 94 600 72 06

• Agua/Alumbrado. 94 603 00 10
• Policía Muni. 94 603 00 10
Averías ext.125 - 94 620 00 00
• Electricidad Averías 94 681 09 31
• SARTU 94 620 04 49
• Correos y Telégrafos 94 681 18 47
• Oficina Turismo Dgo. 94 603 39 38
• Museo Arte -Historia 94 603 00 20
• Pinondo Etxea 94 603 00 30
• IMDAC 94 603 00 30
• S. Agustín Kultur Gun. 94 603 00 21
• Ezkurdi Jai Alai Pilota. 94 681 10 65
• Frontón Durango 94 620 26 59

• Hogar Tercera Edad 94 681 81 76
• Correos y Telégrafos 94 621 84 25
• Centro de Salud 94 681 84 00
• Taxi Auzunea 688 618 690
ABADIÑO
• Ayto. Abadiño 94 621 55 30
• Policía mun. 94 621 55 33
• Abadiño Kultur Etxea 94 620 36 47
• Biblioteca municipal 94 681 40 01
• Polideportivo Astola 94 620 29 29
• Correos y Telégrafos 94 681 61 87
• Centro Salud

• Depto. de Cultura 94 630 01 66
• Zentro Zelaieta 94 630 06 50
• Zornotza Aretoa 94 630 01 68
• Juzgado de Paz 94 630 01 73
• Bienestar social 94 630 01 90
• Asoc. Integración
Disminuidos
Físicos y psíquicos 94 630 08 94
• Hogar Jubilado 94 630 08 96
• Euskaltegi Municipal 94 673 20 26
• Centro Salud Landako 94 603 28 90
• Asoc. Landa 94 630 07 69

Salud

La cándida: el enemigo oculto

Lo que normalmente sabemos de la cándida es que es un hongo que se desarrolla en el organismo dando lugar a múltiples enfermedades inflamatorias e infecciosas (en la piel, la cavidad oral, genitourinarias, etc.). Lo que no sabemos es que tiene dos formas de presencia en el organismo: una como hongo, que provoca infecciones locales y es fácil de detectar, y otra como levadura, que no da síntomas tan evidentes y pasa desapercibida en los controles médicos convencionales.

Dentro de la familia de las cándidas la más frecuente es la *Cándida Albicans* y su presencia en el organismo indica una ruptura de la flora fisiológica y de la simbiosis intestinal, aspectos muy relacionados con el uso de antibióticos, tetraciclinas, corticoides, antiinflamatorios, anti-conceptivos, quimioterapia y radioterapia entre otros. También influyen la presencia de mercurio (amalgamas) y el consumo de dulces.

Es importante saber que la cándida (levadura) en el organismo produce más de 50 sustancias tóxicas entre las que destaca el acetaldehído, sustancia cancerígena especialmente dañina a nivel hepático y del sistema nervioso



central. La repercusión de la cándida es de tal envergadura para la salud que además de generar problemas inflamatorios (vasculares, genitourinarios, cutáneos, gastrointestinales, neurológicos, respiratorios, etc.) provoca el deterioro de los sistemas de regulación y reparación humoral y celular, llevando al organismo a una situación de bloqueo y cronificación de las enfermedades.

Para hacernos una idea, estos son algunos de los síntomas principales de la presencia de cándidas en su forma de levadura: cansancio, infecciones crónicas, dolor de cabeza, alergias, ansiedad, distensión abdominal, depresión, diarreas o estreñimiento, mala concentración, pico-

res, dolores articulares o deseo de dulces.

Desde el punto de vista clínico, el consejo sería confirmar y descartar la presencia de cándidas en todas las enfermedades crónicas y degenerativas, para lo cual se puede recurrir al diagnóstico mediante Moraterapia.

Asesoró:
Centro de Medicina
Biológica
Tfno. 94 620 26 01

Escaparates de color

IRATXE LÓPEZ

"Escaparates de color" es la nueva campaña puesta en marcha por la Asociación de Comerciantes de Durangaldea +Dendak, que pretende llamar la atención de los ciudadanos y visitantes de la comarca para recordarles que "en el comercio local se puede encontrar todo cuanto se necesita".

Para ello, los comercios y locales de hostelería asociados a +Dendak que lo deseen pueden disponer de vinilos decorativos para ilustrar sus escaparates con lemas e imágenes florales. "Hemos querido hacerlo coincidir con el inicio de la primavera porque esta acción tenemos pensado desarrollarla durante todo el año. Así, cada vez que cambie la estación decoraremos los escaparates con nuevos motivos y mensajes", señalaban desde la agrupación.

Prohibido alimentar a animales callejeros

IBAN GORRITI

El alcalde de Abadiño, José Luis Navarro, ha recordado a la población que está prohibido arrojar restos de comida a animales callejeros en la vía pública. En un bando municipal, el primer edil ha explicado que estos restos "acaban por atraer ratas y generan suciedad". También ha destacado que estas conductas están prohibidas por el Ayuntamiento, que aprobó una normativa municipal que "vela

por mantener las calles limpias". El texto municipal impone sanciones por el incumplimiento de estas normas.

El primer edil ha afirmado que "la mayor parte de la población entiende que dejar comida en las calles genera problemas". Navarro ha insistido en que es "una minoría" la que no acata las normas. "Sabemos que mucha gente tiene cariño a los animales, pero este amor no puede ocasionar problemas de suciedad", valora.

CONSULTA

Zainddu

Gorka Urkullu

Nº Colegiado: 442

FISIOTERAPIA - OSTEOPATIA

- Osteopatía
- Esguinces, Tendinitis, Roturas de fibras...
- Lumbalgias, Cervicalgias, Ciáticas
- Drenaje linfático manual
- Lesiones deportivas

CITA PREVIA

Errekalde bidea, 5 atzekaldea • GALDAKAO • Tfnoa. 94 436 70 14