

16	17	18	19	20
-	E	-	-	F
11	1	10	2	8
16	16	16	16	16

26	27	28	29	30	31
-	A	-	HA	C	-
6	11	1	10	2	8
13	13	13	13	17	17

00 a 13.30 h.)

Farmacia					
3, 9, 8, 1, 7, 11, 6, 10					
1, 2, 6, 9, 8, 7, 11					

6	7	8	9	10
-	F	-	I	-
6	11	1	10	2
17	14	14	14	14

16	17	18	19	20
-	C	-	HID	-
7	6	11	1	10
15	15	15	15	15

26	27	28	29	30	31
IA	I	-	-	-	-
4	6	7	-	-	-
12	12	1	-	-	-

00 a 13.30 h.)

Farmacia					
11, 6, 9, 8, 7, 10					
3, 7, 8, 1, 11, 6, 9, 10					

iones ajenas al periódico

**RE ES  
Y SALUD  
NACIÓN -**  
torio (16:30/21 h.).  
istaj (9:15/14 h.).  
artea (16:30/21 h.).

AÑO XX-N.º 209

Enero 2011

dico-chronicas.com

ducción Gratuita

elf./Fax 94 457 17 68

AKAO (Bizkaia)

5

zkaia)

an Gorriti, Javier Fernández,

contenido de los trabajos  
necesariamente con los

azar cualquier texto o publi-  
cas físicas, sociedades u or-

de cualquier información  
este medio.

oneados en Durango,

• Ertzaintza Dgo. 94 466 93 00  
• Iberdrola Averías 901 20 20 20  
• 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. 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  
• Ezkurdí Jai Alai Pilota. 94 681 10 65  
• Frontón Durango 94 620 26 59

• 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

• Zentro Zelaia 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*

# Fibromialgia

La incidencia de los casos de Fibromialgia (FM) ha aumentado exponencialmente en los últimos 20 años, afectando ya a cerca del 6% de la población general, preferentemente a mujeres en una proporción de 10 a 1 y entre edades de 20 a 50 años mayoritariamente.

Los síntomas principales de la enfermedad son el dolor persistente, el cansancio extremo, la rigidez muscular y los síntomas psicoemocionales (ansiedad, depresión, etc.).

Todavía se desconoce oficialmente cual es la causa de FM aunque se sabe que en la mayoría de los casos existe una alteración del Sistema Nervioso Central (SNC) con unos niveles deficientes de Serotonina; neurotransmisor modulador del dolor, el estado de ánimo y el sueño.

La experiencia clínica indica que los tratamientos actuales (antiinflamatorios, miorrelajantes, anticonvulsivos, antidepresivos, etc.) dejan mucho que desear en la solución de esta enfermedad y que además hay que tener en cuenta los indeseables



efectos secundarios que ocurren. La verdadera solución radica en el **abordaje de cada caso a nivel individual y tratar la verdadera causa del problema.**

Entre las causas más frecuentes que se presentan en consulta destacamos:

- Hipotiroidismo (muchas veces subclínico).
- Candidiasis e intolerancias alimenticias.
- Enfermedad autoinmune (Anticuerpos anti receptores

de serotonina, etc.).

- Infecciones víricas (Epstein Barr, Citomegalovirus, etc.).

- Stress y Endocrinopatías.
- Alteración del NO (óxido nítrico) y neurotransmisores.
- Intoxicación por metales pesados y tóxicos medioambientales.

**Asesoró: Centro de Medicina Biológica Tlf. 94 620 26 01**

## ETNA

*Terapias Alternativas*

**ESTÉTICA**

Depilación con cera desechable.  
Depilación Eléctrica Sistema Blend.  
Láser Médico Diodo Light Sher.  
Manicura. Pedicura.  
Permanente y tinte de pestañas...

**DERMO-ESTÉTICA**

Tratamientos faciales:  
acné, flacidez, arrugas, manchas...  
Tratamientos corporales:  
refirmante de senos, estrías,  
adelgazantes, anticelulíticos...

Trañabarren, 11-bajo Tel 94 620 13 05

**MATIENA - ABADIÑO**

## Gouveia

Hedabidea

Telf. 681 286 593 / 635 266 313 - e-mail: fernangou@yahoo.es

Obras y reformas integrales • Rehabilitaciones  
Tejados y fachadas • Comunidades  
Estructuras de hormigón • Urbanizaciones  
Se tramitan permisos, subvenciones...

**PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO**

## Editorial



Recién estrenado 2011, 'Crónicas' se apunta a los buenos propósitos que trae consigo cada renovación de año cambiando su formato para amoldarse a los nuevos tiempos y pasando a imprimir todas sus páginas en color.

La modernidad en el sector de la impresión conlleva nuevos diseños favorecidos por la llegada de eficaces rotativas que disminuyen el tamaño del papel, pero aumentan la calidad de imagen del producto. 'Menor tamaño pero mayor definición' sería la frase que resume este cambio al que el periódico se une.

Aunque nos guste guardar la tradición, y el formato que hasta ahora vestía a nuestro medio formaba ya parte intrínseca de nuestro esqueleto, apoyamos la idea de que en el cambio está el avance. Por eso nos sumamos a la línea actual de los diarios, algo más pequeños, algo más cuadrados, algo más manejables, sin perder de vista que lo esencial sigue siendo el contenido.

Y como el interior de nuestra páginas continuará en la dirección que lo ha hecho hasta ahora, abrazamos con alegría el nuevo año que nos trae nuevo formato bajo el brazo, y aprovechamos para felicitar el año 2011 felicitándonos también por este pequeño matiz que redibuja nuestra imagen.

Urte berri On a todos!