

Salud



Clínica
Universidad
de los Andes

Somos personas al cuidado de tu salud

**“Sin esta cirugía no
hubiera podido caminar”**



TESTIMONIO

Rudolf Jedinger:

“Ha valido la pena todo este proceso”

Una escoliosis degenerativa en su columna le impedía realizar actividad física y llevar una vida normal.

Dificultad para levantarse y agacharse eran algunas de las complicaciones que tenía Rudolf Jedinger, de 56 años, por una condición lumbar que arrastraba hacía mucho tiempo.

Ingeniero informático, casado y con tres hijos, se declara bastante deportista. Sin embargo, la escoliosis degenerativa que tenía, le impedía realizar actividad física, incluso caminar. El problema se originó hace varios años, y además de producirle dolor constante, afectó notoriamente la posición de su espalda. Recuerda que para él era normal tener gran dificultad al levantarse de la cama en las mañanas. “Incluso inclinarme o agacharme era un problema. Tenía que buscar la posición correcta para que no me doliera. Mi calidad de vida estaba profundamente

deteriorada”, cuenta.

El Dr. José Fleiderman, traumatólogo del Centro de Columna de Clínica Universidad de los Andes, explica que “su escoliosis se debió a la degeneración o desgaste progresivo de más de un disco a nivel lumbar, lo que produjo una deformidad en el plano coronal. En ese contexto, realizar la intervención era importante, porque esta deformidad genera dolor crónico, permanente e incapacitante y, a su vez, puede producir compromiso neurológico traducido en dolor de piernas, hormigueos y falta de fuerza”.

La cirugía, que se realizó el 10 de junio, consistió en una intervención mínimamente invasiva, para cambiar los discos vía lateral y unir las vértebras con cajas (cages) rellenas de injerto de hueso. Para ello se

realizó una unión de las vértebras por vía lateral y luego una fijación con tornillos por vía posterior.

“La gran ventaja de esta cirugía es que es amigable para los pacientes, ya que tienen menos dolor post operatorio, menor uso de analgésicos, baja tasa de infección y una rehabilitación y retorno al trabajo precoz”, afirma el especialista.

Rudolf cuenta que cuando despertó de la operación no sintió más dolor y que el cambio fue inmediato: “Estoy notoriamente mejor. Ha valido la pena todo este proceso. Sin duda, operarme fue la mejor decisión que he tomado. Ahora veo mi futuro con mucho optimismo, porque estoy seguro de que, si no me hubiese sometido a esta intervención, en cinco años no hubiera podido caminar.



Dr. José Fleiderman V.
Traumatología y Ortopedia - Columna

Médico Cirujano por la Universidad de los Andes, y especialista en Traumatología y Ortopedia por la misma casa de estudios. *Fellow AOSpine* Nacional e Internacional. Profesor de la Facultad de Medicina en la Universidad de los Andes.



Centro de Columna

El Centro de Columna de Clínica Universidad de los Andes busca prevenir, diagnosticar y ofrecer tratamiento y rehabilitación para las diversas enfermedades que afectan a la columna vertebral, en pacientes niños y adultos. Con el fin de entregar tratamientos integrales, que solucionen de forma definitiva los problemas de columna de nuestros pacientes, cada caso es evaluado en reuniones clínicas por un equipo multidisciplinario, conformado

por cirujanos de columna de reconocido prestigio, traumatólogos, neurocirujanos, neurólogos, neuroradiólogos, fisiatras, reumatólogos, psicólogos y kinesiólogos, entre otros especialistas. Nuestro centro cuenta con los más altos estándares de seguridad y equipos de alta tecnología para un óptimo manejo del paciente.

Más información en:
clinicauandes.cl

Lactancia materna: el alimento perfecto

Fomenta el apego y entrega todos los nutrientes que el recién nacido necesita en esta etapa de desarrollo.

La lactancia materna, además de entregar apego, contención y cercanía con el recién nacido, también otorga nutrientes fundamentales para su desarrollo, ya que es un alimento perfecto que también fortalece su sistema inmunológico.

Es por eso que la Organización Mundial de la Salud recomienda la lactancia exclusiva los seis primeros meses. Luego, las guaguas ya pueden comenzar a recibir otros alimentos que complementan de buena forma los nutrientes que tiene la leche materna.

Carolina Urbina, matrona coordinadora de Neonatología, explica las ventajas que tiene la lactancia materna para el recién nacido:

- Protege al niño frente a enfermedades gastrointestinales y broncopulmonares.
- Disminuye la incidencia de alergias e infecciones, y el riesgo de padecer obesidad, diabetes e hipercolesterolemia.
- Favorece el apego con la madre, lo que da contención al recién nacido.
- Protege contra enfermedades agudas y crónicas.
- Mejora el desarrollo psicomotor y favorece el desarrollo cognitivo.

Las madres también tienen beneficios, entre los que destacan:

- Reduce el riesgo de hemorragias después del parto.
- Previene el cáncer de ovario y de mama.
- Ayuda a recuperar el peso.

Para lograr una correcta lactancia, Carolina Urbina explica que "es importante que la madre se encuentre en un lugar tranquilo y logre una posición cómoda y que el bebé quede de frente al pezón. Para generar un buen acople, la boca del recién nacido debe cubrir gran parte de la areola, y su nariz y mentón tener contacto con el pecho, generando una succión rítmica, donde la madre no

presente dolor en las mamas".

Otras señales de un buen acople y lactancia efectiva son que el niño aumente entre 18 y 28 gramos diarios, logre dormir entre 1,5 y 3 horas seguidas y que moje al menos seis pañales con orina durante el día; y entre tres y cuatro veces con deposiciones.

"El amamantamiento es la forma más natural que tienen las madres de alimentar a sus hijos. Es un proceso maravilloso, donde se genera un fuerte vínculo que no sólo permite entregar alimento, sino que también cariño y amor. Para eso, es importante que las madres reciban el apoyo adecuado de su familia y de su entorno, que permita que el recuerdo de esta etapa sea grato y feliz", finaliza Carolina.



SERVICIO DE LACTANCIA A DOMICILIO AMOR Y CUIDADO PROFESIONAL EN SU PROPIO HOGAR

Si eres mamá y tienes alguna duda acerca de la lactancia, solicita el nuevo servicio de Matrona a Domicilio, para orientarte y chequear tu salud y la de tu hijo recién nacido.

Más información en: clinicauandes.cl



Carolina Urbina R.

Matrona por la Universidad de Chile, y especialista en neonatología. Diplomado en IAAS (Infecciones Asociadas a la Atención en Salud) en la Universidad Católica y diplomado en Práctica Basada en Evidencia por la Universidad de los Andes. Postítulo de Gestión Clínica y Aseguramiento de Calidad por la Universidad de los Andes.

Especialistas en el cuidado de adolescentes de 10 a 14 años

Impulsar comportamientos saludables, promover la confianza y fortalecer el rol de los padres son algunos objetivos.

Todos los seres humanos viven distintos procesos durante la adolescencia, que son parte de la vida. Este periodo se caracteriza por importantes cambios biológicos, psicológicos y sociales que definen la identidad de cada uno.

Como parte de estos ciclos, resulta fundamental el rol de la familia desde los primeros años. La educación es la base para que desde pequeños aprendan cuáles son los límites, a respetar, escuchar, diferenciar y conocer las conductas de riesgo.

En ese contexto, Clínica Universidad de los Andes creó el Programa de Adolescencia Temprana para acompañar en el desarrollo integral a niños entre 10 y 14 años, con el fin de que cada uno tenga un sano desarrollo y relación con el entorno.

La Dra. María Fernanda Garrido,

ginecóloga y coordinadora del programa, explica que "el objetivo es dar respuesta y solución a muchas inquietudes que tienen los jóvenes y sus padres. Promover hábitos de vida saludables, fortalecer a los papás en su rol modelador, favorecer la confianza entre ellos y sus hijos, identificar eventuales conflictos y acompañarlos en su desarrollo".

El programa se inicia con una evaluación médica a cargo de pediatras, que en el caso de las niñas puede complementarse con una evaluación ginecológica. Luego, una mediadora relacional se reúne con el niño y sus padres para detectar posibles conflictos, posteriormente se deriva al adolescente a los distintos especialistas que requiera, como psicólogos, nutricionistas o psiquiatras.

"Potenciar el rol de la familia, estar alertas, hablar de temas que son importantes, concientizar a los hijos de cuáles son los riesgos o qué cuidados deben tener, permite lograr un mejor desarrollo", explica la Dra. Garrido.



Programa de Adolescencia Temprana



SOMOS PERSONAS AL CUIDADO DE TU SALUD

Porque queremos mejorar tu vida y la de tu familia, contamos con destacados especialistas, tecnología de vanguardia y un servicio de excelencia.



Clínica
Universidad
de los Andes



DURANTE EL NACIMIENTO DE SU HIJO, A XIMENA LE DESCUBRIERON CÁNCER

**ALONSO ESTÁ FELIZ; SALVÓ A SU MAMÁ Y ELLA
ESTÁ BIEN GRACIAS A LA INMUNOTERAPIA**

(56) 22 618 3000



clinicauandes.cl