

Síguenos en:



<https://www.facebook.com/Zonahospitalaria/>



<https://x.com/ZHospitalaria>

www.zonahospitalaria.com añoXI marzo-abril 2026 n°62



Y llegó la primavera

CRÉDITOS

Zona Hospitalaria Aragón - Edición digital / Benjamín de Tudela, 35 Bajo. 31008 Pamplona Edita PubliSic Servicios Imagen & Comunicación S. L.
Dirección Merche Ferrer Redacción aragon@zonahospitalaria.com Diseño y producción PubliSic S. L. Publicidad aragon@zonahospitalaria.com
Depósito Legal: NA 2225/2014 ISSN: 2386-8651. Página web: ISSN: 2253-9034.

© PubliSic S.L. Queda prohibida la reproducción parcial o total de esta publicación sin el permiso escrito de PubliSic S. L.
El editor no comparte necesariamente las opiniones y criterios de sus colaboradores expresadas en esta revista.

CENTROS RICO: Referentes en cirugía 0.0 del pie SIN PUNTOS

Son expertos en cirugía del pie mínimamente invasiva. María Moll y José María Rico han realizado con éxito más de 3.000 cirugías de juanetes SIN PUNTOS, en más de una década de experiencia.

Es el principal reclamo de sus pacientes que, aquejados de las molestias que soportan a causa del hallux valgus, llegan a Centros Rico con referencias de casos cercanos o haber leído en prensa que, gracias a la técnica MIS, es posible eliminar los juanetes sin tener que someterse a cirugías abiertas, con puntos y un postoperatorio largo y tedioso, con varios meses de rehabilitación. Solo Centros Rico eleva la cirugía MIS al siguiente nivel: SIN PUNTOS; sin marcas y sin cicatrices.

Los pies soportan la base de nuestro cuerpo y son esenciales para realizar nuestras actividades diarias, por eso es tan relevante cuidarlos y atender una deformidad tan importante como los juanetes y los dedos en garra. No sólo por el factor estético, sino también por las molestias que llegan a generar, tanto al calzarnos, como al caminar o hacer algún deporte.

Acabar con los juanetes es eliminar también el gran freno que nos suponen y, en Centros Rico, los operan en tan sólo 15 minutos y sin necesidad de rehabilitación.

La técnica se realiza con instrumentos especializados y bajo anestesia local. No dan puntos y el paciente se marcha a casa caminando por su

propio pie. Esta técnica es su especialidad.

Además de este tipo de cirugías con alta demanda, ofrecen servicios de podología integral, incluyendo ortopodología, estudio de la pisada, diseño de plantillas personalizadas con escáner 3D, podología infantil y pie diabético, entre otros.

Cuentan con un departamento de Investigación, Desarrollo e Innovación (I+D+I) y Docencia, donde desarrollan nuevas técnicas para el diagnóstico y tratamiento de patologías podológicas. En breve abrirán su quinta clínica. Estará ubicada en pleno centro de Pamplona y será su segunda sede en la capital navarra.

- Cirugía de juanetes
- Cirugía de dedos en garra
- Plantillas personalizadas
- Pie diabético (úlceras)
- ¡Y mucho más!

¡OPÉRATE
AHORA Y NO
PAGUES HASTA
DENTRO DE
DOS MESES!



Sigue nuestros pasos
en redes sociales

 @centro.podologico.rico
 @centros rico



876 651 737

Pº Sagasta, 50, 50006 - Zaragoza
centrosrico.com

PARA LEER EL ARTÍCULO, CLICAR EN EL TITULAR



[Gripe de invierno](#)



[Úlceras de presión](#)



[Astenia primaveral en mayores de 65 años: cómo recuperar la energía y disfrutar la estación](#)



[Dermatosis y úlceras de miembros inferiores en primavera: cuidados y prevención](#)



[Memoria en forma: cómo cuidarla después de los 65 años](#)



[Primavera en la tercera edad: bienestar, naturaleza y recuerdos](#)



[Ecografías en el embarazo: qué se ve en cada trimestre](#)



[Listeriosis en el embarazo: qué es, riesgos y prevención](#)



[Gastroenteritis en pediatría](#)



[Tengo Síndrome de OHVIRA: ¿qué debo saber?](#)



[Tromboprolifaxis y embarazo: lo que necesitas saber](#)

PARA LEER EL ARTÍCULO, CLICAR EN EL TITULAR



[Estudio urodinámico, qué es, cómo interpretarlo y cuándo está indicado](#)



[Cuando el abdomen grita en silencio: isquemia mesentérica, una urgencia vital](#)



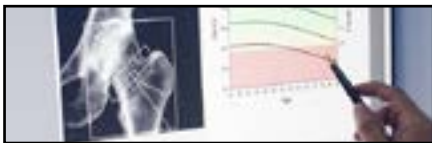
[Fiebre puerperal](#)



[Anticonceptivos: opciones para una planificación familiar segura y efectiva](#)



[Vacunas recomendadas durante el embarazo: protección para ti y tu bebé](#)



[Introducción a la osteoporosis](#)



[Resistencia a las hormonas tiroideas](#)



[Torsión ovárica: definición, clínica y terapéutica](#)



[Trastornos de la conducta alimentaria, un breve acercamiento](#)



[Tumor testicular: qué es y cómo se trata](#)



[Tumor urotelial del tracto urinario superior](#)

PARA LEER EL ARTÍCULO, CLICAR EN EL TITULAR



[Movimientos fetales: ¿cuándo empezaré a notarlos y cuándo debo preocuparme?](#)



[La sífilis en el embarazo: una infección reemergente](#)



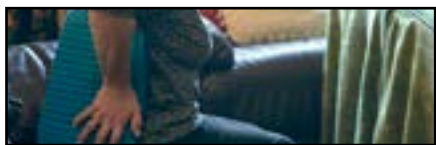
[Colaboración sociosanitaria: los profesionales en el corazón de los cuidados](#)



[Autocuidados en la insuficiencia cardíaca](#)



[Objeción de conciencia del profesional sanitario en relación al proceso de eutanasia](#)



[Procedimiento de aplicación de calor local](#)



[Convulsiones febriles en pacientes pediátricos. Cómo actuar ante un episodio](#)



[Suelo pélvico](#)



[Salud y medio ambiente: el impacto del cambio climático](#)



[El dolor: comprenderlo para tratarlo mejor](#)

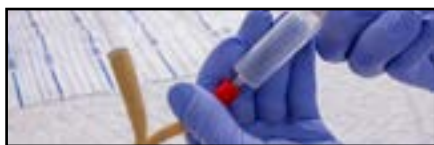


[Prevenir las úlceras por presión](#)

PARA LEER EL ARTÍCULO, CLICAR EN EL TITULAR



[Proceso de atención de enfermería en pacientes con diabetes mellitus tipo 2](#)



[Procedimiento de colocación de una sonda vesical en un paciente con retención aguda de orina](#)



[Dieta recomendada en el hipotiroidismo: perspectivas basadas en la evidencia](#)



[Educación sanitaria a pacientes con disfagia](#)



[Telemedicina](#)



[Pacientes con Alzheimer](#)



[La artrosis en pacientes geriátricos](#)



[Qué es el asma](#)



[Alergias respiratorias](#)

Envía la revista a un amigo para que se suscriba: <https://zonahospitalaria.com/suscripciones/>
o mándanos su email para suscribirle: aragon@zonahospitalaria.com



ZONA HOSPITALARIA ARAGÓN

Para anunciarse en 2026: Solicite las tarifas publicitarias en: aragon@zonahospitalaria.com



MERRELL®

BOREAL

HH
Helly Hansen

THE
NORTH
FACE

S
salomon

trangoworld

H
HAGLÖFS

La mejor salud, con el deporte



La Puerta Verde Panticosa
San Miguel, 22. 22661 Panticosa. Huesca
T 974 487 349
lapuertaverdepanticosa@hotmail.com