



# El carnet del Montepío, nuevas ofertas

La salud siempre ha sido para el Montepío de la Minería una prioridad dentro de sus actividades, relacionadas con el ocio, el descanso y el bienestar. Esta premisa también se ha mantenido a la hora de potenciar algunos servicios adicionales, como los alcanzados con firmas comerciales, que aportan a nuestros mutualistas un plus, “a coste cero” para la entidad, a través del carnet de mutualista, acreditativo de su pertenencia a la mutualidad minera. Unos acuerdos que se concretan en descuentos y ventajas sobre los precios de mercado establecidos.

Así, en los últimos meses se han adherido a la cartera de empresas que ofrecen ofertas personalizadas a los socios y socias del Montepío, varias clínicas asturianas especializadas en odontología y tratamientos de enfermedades de la boca, de tumores mamarios, o tiendas y centros profesionalizados en productos necesarios para las personas que padecen problemas ópticos o auditivos, musculares o stress. En este número, son tres las empresas que incorporamos: Clínica Arredondas, Policlínica Orán 17 y Clínica Dental San Lorenzo, especializa-

das en temas de salud tan importantes como la fisioterapia, la podología o la higiene dental. De ellas les informaremos en esta sección, que también repasa, como en números anteriores, el resto de firmas que mantienen su compromiso de ofrecer a los 16.000 afiliados al Montepío descuentos y ventajas especiales.



## Clínica Dental San Lorenzo y Policlínica Orán



**Se trata de dos** centros situados en la calle Orán 15 y 17 de Gijón, frente al centro de salud Pumarín, especializadas en odontología e higiene dental (Clínica San Lorenzo), y en fisioterapia, osteopatía, podología, dietética y nutrición (Policlínica Orán 17). Ambas instalaciones cuentan con las últimas innovaciones aplicadas a los tratamientos necesarios para cada uno de sus campos, con el fin de lograr que estos centros estén a la vanguardia en todos los servicios que sus pacientes demanden. Cuentan con zona de aparcamiento gratuito, y acceso desde las líneas de autobús municipal de Gijón 15-18-22.

Para acceder a estos descuentos, extensibles a familiares directos de los afiliados, es necesario presentar el carnet de mutualista del Montepío de la Minería para verificar su procedencia.

**La Clínica Dental San Lorenzo** ofrece a los mutualistas del Montepío de la Minería un descuento especial de entre un 10 y un 20% sobre la tarifa habitual, además de algunas prestaciones gratuitas como: consulta y presupuesto sin compromiso, radiografías intraorales, higiene dental (al aceptar el presupuesto), retirada de puntos quirúrgicos, fluoraciones semestrales, pulido dental, ajuste oclusal, primera valoración en tratamientos de ortodoncia, estudio implantológico y protésico, estudio periodontal, cementados provisionales o definitivos de prótesis fija, entrega de muestras dentrificas gratuitas y urgencias atendidas en el día. También ofrece facilidades de pago, desde 6 meses con intereses a 5 años en condiciones financieras especiales.

**La Policlínica Orán** aplicará a todos los clientes que justifiquen su pertenencia al Montepío un descuento directo del 15 por ciento sobre sus tarifas, así como algunos servicios gratuitos, como la valoración y consulta fisioterapéutica y podológica, la retira de puntos quirúrgicos, curas podológicas (excepto papilomas), estudio de la marcha y de uso de plantillas, así como de podoscopio. En dietética y nutrición, también ofrece una valoración gratuita, así como un análisis previo a cualquier composición o régimen alimenticio de la bioimpedancia (cuantificación de los componentes de la composición corporal de las personas).



Raúl Arredondas es especialista en todo tipo de lesiones musculares, óseas, rehabilitaciones y recuperaciones.



## En las mejores manos

**La fisioterapia es** uno de los pilares básicos de la terapéutica y responde a ese tradicional arte y ciencia del tratamiento físico de las distintas patologías y dolores que sufren las personas mediante un conjunto de técnicas aplicadas que van desde el masaje, el agua, la electricidad, el movimiento, calor, frío... todo mediante procedimientos manuales o a través de máquinas especializadas que ayudan a curar, prevenir, recuperar y readaptar a los pacientes que lo necesitan para su salud. En Asturias existen muy buenos especialistas en este campo, muchos de ellos jóvenes, muy bien formados, conocedores de las últimas técnicas.

Un exponente claro de esta modernidad y conocimiento es Raúl Arredondas Bárcena, colegiado en fisioterapia y podología, con una importante experiencia en el campo deportivo (él es fisioterapeuta del Club Deportivo Llanera de fútbol y colaborador oficial de las Federaciones Asturianas de Ciclismo y Tenis) y que ha abierto hace pocas fechas una flamante clínica en la calle Arzobispo Francisco Álvarez, 5, en Posada de Llanera (frente a la Plaza Habana), en la que ofrece desde servicios avanzados de tratamiento y recuperación en dolores de espalda, hasta los procedimientos de cura o mejora para un amplio abanico de problemas relacionados con los pies (durezas, juanetes, diabético, uñas), la fibromialgia, las lesiones preparto... pasando por los simples masajes de descongestión muscular.

### Una vocación formada al calor de la mina y de sus accidentes

La Clínica Arredondas también ofrece una amplia gama de productos ortopédicos: ayudas técnicas, ortesis o plantillas a medida, todo ello en unas instalaciones amplias, agradables y dotadas de todo lo necesario para dar la seguridad de que estamos poniendo la solución a nuestros problemas en unas manos de absoluta confianza. Raúl Arredondas sabe además lo que es la mina: Hijo y nieto de mineros del Valle del Nalón (sus padres, abuelos y tíos trabajaron en pozos señeros, como los del Sotón y San Mamés), su vocación hacia los temas de salud y las lesiones le viene desde muy joven, al conocer siendo niño y de muy cerca, por su padre, las repercusiones y secuelas que causan los accidentes de mina, y la importancia que los tratamientos tienen para recuperar a las personas a la hora de superar las barreras que una dependencia física pueda causar.

Raúl Arredondas, completó sus estudios, tanto de fisioterapia como de podología, en la Universidad Alfonso X de Madrid. La clínica, que es la única existente en Asturias que está integrada en la Asociación Española de Podólogos Deportivos (AEPODE), está equipada con aparatos de electroterapia, infrarrojos, ultrasonidos o magnetoterapia, además de parafinas y parafangos indicados para el tratamiento de artritis, artrosis, o, lo que es lo mismo, cualquier tipo de inflamación articular crónica o aguda. A Raúl



Arredondas también se puede acudir para solucionar problemas como las infecciones de uñas y pie (pápilomas), alteraciones de la edad (engrosamiento de uñas, dedos en garra, juanetes) o cirugía de las uñas (uña encarnada). Lo primero que nos vamos a encontrar cuando accedamos a la clínica, será la zona dedicada a la venta de productos de ortopedia, en la que el catálogo es más que abundante. Es importante apuntar que la clínica cuenta con un catálogo de productos subvencionados por el SESPA, como son sillas de ruedas, bastones, zapatos para diabéticos, junto con las ayudas para adaptar los baños y otras estancias de la casa para personas que tienen problemas de movilidad. En ese sentido, la clínica ofrece la posibilidad de contratar adaptaciones integrales de baños y cocinas.

La Clínica Arredondas ofrece a todos los afiliados y afiliadas al Montepío de la Minería un descuento en sus servicios de fisioterapia y podología que va entre un 10 y un 20%, siendo gratuitas las revisiones podológicas y sus valoraciones fisioterapéuticas. Asimismo, y dependiendo del artículo, su sección de ortopedia cuenta con descuentos que van entre un 5 y un 10%.



**Acesol** Marca de calefacciones asturiana pionera en el Calor Azul

**Oferta(\*)**: Regalo de aire acondicionado portátil y deshumidificador, valorado en 690 euros, al comprar una calefacción Acesol Calor Azul de 5 o más emisores.

Amplia red de tiendas en España. Fábrica: Polígono Industrial de Riaño-Langreo.  
Tlf. 902 103 141 e-mail: tienda@acesol.es



**Clínica San Lorenzo y Policlínica Orán 17** Centros especializados en higiene dental, fisioterapia, podología, dietética y nutrición.

**Oferta (\*)**: Descuentos entre el 10 y el 20%, según servicios. Gratuidad en algunas consultas.

Calle Orán 15 y 17, 33210 Gijón. Tfnos.: 985 14 28 39 / 985 14 28 39 (San Lorenzo) y 985165497 (Policlínica Orán 17)



**Clínica Arredondas** Centro especializado en fisioterapia, podología y ortopedia.

**Oferta (\*)**: Descuentos entre el 10 y el 20%, según servicios y gratuidad en algunas revisiones y valoraciones podológicas y fisioterapéuticas, así como descuentos que pueden alcanzar el 10% en material ortopédico.

C/ Arzobispo Francisco Álvarez 5, 33424 Posada de Llanera. Tfno.: 984282392 e-mail: clinicaarredondas@hotmail.com



**Sánchez Rubal** Visión. Red de tiendas especializadas en óptica y audición

**Oferta(\*)**: Descuentos en sus productos, como gafas, gafas de sol, monturas, lentillas y audífonos. Cuenta con servicios como exploración ocular, topografía ocular, graduación, tonómetro...

Centro Comercial Alcampo Valle del Nalón. Local 31 y 32. 33940 El Entrego (San Martín del Rey Aurelio).  
Teléfono 985 65 45 16. www.sanchezrubal.com <http://www.sanchezrubal.com



**San Lázaro** Clínica dental asturiana

**Oferta(\*)**: Gratuidad en consultas: primera visita y presupuesto, fluoración, técnicas de cepillado ... modelos de estudio de ortodoncia, periodoncia, implantológicos y protésicos. Descuentos de un 10% en odontología en general y un 20% en prótesis fijas.

Calle Aurelio del Llano nº3, 1ªA, 33008 Oviedo. Teléfono 985 20 37 45



**Siero Dental** Clínica dental asturiana

**Oferta(\*)**: Gratuidad en consultas, estudios y presupuestos. Descuentos de un 5% en todos los servicios, descuento aplicable a mutualistas y familiares directos: cónyuges e hijos.

Calle Ramón y Cajal nº 35, 33510 Pola de Siero. Teléfono 985 72 34 84



**Theramar y Talaso Poniente** Tratamientos de talasoterapia y contra el dolor

**Oferta(\*)**: Circuito de Talasoterapia en grupos de 10 personas por un precio de 17 euros (su precio de mercado es de 40 euros). El circuito consta de 4 zonas: arcillas, masaje, chorros subacuáticos e inhaladores, con beneficios directos para la piel, el aparato respiratorio y muscular. Un perfecto anti-stress.

Complejo de TalasoPoniente de Gijón. Teléfono: 984 49 09 49 e-mail info@theramar.es



**Centro Odontológico del Nalón** Centro dental pionero en técnicas odontológicas

**Oferta(\*)**: Revisiones y limpiezas de boca gratuitas, estudio para cirugía de implantes. 10% de descuento en los demás tratamientos odontológicos, estéticos y protésicos, 20 % en implantes y 25 % a partir de cuatro implantes.

Jesús F. Duro ,14-1ª B La Felguera (Langreo). Teléfono/ Fax 985696305 doctorsuave@centroodontologicodelnalon.com



**Instituto de Patología Mamaria Covadonga** Clínica especializada en el diagnóstico y tratamiento de las enfermedades de la mama

**Oferta(\*)**: Descuentos económicos en todos sus servicios, incluidas las operaciones: mamografías digitales, hasta 20 euros. Biopsia, hasta 76 euros. Intervenciones, hasta 1.850 euros.

Sanatorio Covadonga. Calle General Suárez Valdés, Nº 40. Gijón (Asturias).  
Teléfono 985 19 58 89, cita previa 902 485 215. www.ipmc.es



**Ofinet** Empresa asturiana especializada en cursos de formación y actividades ocupacionales

**Oferta(\*)**: Ahorro del 25% en sus cursos on line y presenciales. Consultar otros descuentos. Importantes descuentos en reparación de ordenadores.

Calle Mariscal Solís, 7. Oviedo. Teléfono 984 05 15 11. Demostraciones de cursos gratuitas.



**Asturjoven** Empresa dedicada al turismo rural y de aventura

**Oferta (\*)**: Consultar descuentos según temporada, en alojamiento en sus Hoteles Posadas del Asturiano y el Montañero (Valdeón León). Ruta de senderismo guiada por Picos de Europa, gratuita.

Cangas de Onís (Asturias) Teléfono 942 318 120. Para más información, www.asturjoven.com.