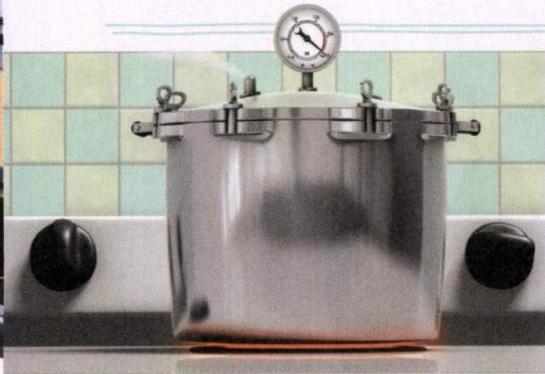




► 10 Enero, 2018



Tenemos debate en casa porque a mi pareja le dan pánico las ollas a presión. ¿Existe alguna posibilidad de que explote?

RESPUESTA: hoy en día las ollas a presión son muy seguras, tienen hasta cinco niveles de seguridad diferentes: desde la válvula a presión y válvula de seguridad, además de las juntas diseñadas para liberar presión en el caso de que fuera necesario. También hay otros sistemas de seguridad como el bloqueo de las tapas cuando sigue habiendo presión en el interior de la olla. O al revés, si la tapa no está bien cerrada, no se presuriza. Cocinar con una olla a presión son todo ventajas: ahorro de tiempo, cocina más sana (manteniendo las vitaminas y nutrientes de los alimentos) y una gran versatilidad (cocinar al vapor, dorar, hervir, descongelar).

Florent Gracia. Brand Manager Cookware de TEFAL (tefal.es).



Diego Granados. Decano del Colegio Notarial del País Vasco y miembro de la Comisión Permanente del Consejo General del Notariado (notariado.org).

He heredado un bien pero no sé con qué notario se hizo el testamento.

RESPUESTA: para averiguarlo necesitas un certificado que debes solicitar en el Registro de Últimas Voluntades dependiente del Ministerio de Justicia. Puedes hacer esta gestión a través de una notaría. **Deben haber transcurrido quince días desde el fallecimiento**, ya que podría ocurrir que antes de ese plazo el último testamento aún no hubiera sido registrado. Este certificado acredita si una persona ha otorgado o no testamento, y de haberlo hecho, la fecha, el nombre y el lugar de residencia del notario autorizante. **Para solicitar este certificado es necesario presentar el Certificado Literal de Fallecimiento y abonar la tasa correspondiente.** El siguiente paso sería pedir la copia autorizada del testamento. Si el notario que lo autorizó sigue en activo en la misma población donde se hizo el testamento, será fácil localizarlo. **En la web www.notariado.org tienes un localizador de notarios por apellidos y por direcciones postales.** De no ser así,

puedes ponerte en contacto con el Colegio Notarial de la comunidad autónoma donde falleció para que te indiquen a qué notario tendrías que pedir la copia del testamento o consultar el Localizador de Protocolos (en la web anterior) para averiguar qué notario lo custodia.



¿Para que se usan los probióticos vaginales?

RESPUESTA: Son microorganismos vivos que regulan la inmunidad local y disminuyen el pH vaginal, lo cual confiere un ambiente hostil ante el crecimiento de microorganismos desfavorables, disminuyendo el riesgo de infecciones bacterianas. **Al bloquear el crecimiento de bacterias, se recomiendan para tratar y prevenir la vaginosis bacteriana.** Además, contribuyen a la mejora del tratamiento de la candidiasis vulvo-vaginal y ayudan a prevenir las infecciones recurrentes del tracto urinario. También se ha observado que mejoran la tasa de embarazo en las mujeres sexualmente activas. Son suplementos que no requieren prescripción médica pues no suponen ningún riesgo para la mujer.

Dra. Rosa Trigas.
Médico de Reproducción de Institut Marquès, Barcelona (institutomarques.com).

TE DAMOS RESPUESTAS

¿Tienes alguna duda? ¿Un problema que solucionar? Escríbenos. Buscaremos el mejor experto para darte una solución eficaz y a tu medida. ¡Estamos contigo!



miaexpertos@zinetmedia.es