

Salud & Vida

EL ENFOQUE MÉDICO HUMANO

YUCATÁN-CAMPECHE

EN PORTADA:



**Dr. Roberto
Rodríguez Rivas**
NEUROLOGÍA ~ NEUROINMUNOLOGÍA

PRESENTANDO:

ESCLEROSIS MÚLTIPLE

“La enfermedad de las mil caras”

Día Mundial de la SALUD MENTAL

Un espacio para concientizar la importancia del autocuidado

Psic. Mariana A. Ávila Herrera

CÁNCER DE RIÑÓN

Importancia del diagnóstico oportuno

Dr. José Enrique Espinosa

MENOPAUSIA

Un proceso natural en la mujer

Dra. Mayra G. Ávila Herrera

PARTICIPACIÓN ESPECIAL

Dr. José Raúl Vásquez Ávila el único

PATÓLOGO con adiestramiento en

MAMA DEL SURESTE



S&V Salud & Vida[®]
El enfoque médico humano



Equilibrio
Farmacéutico

Salud, Calidad y Precio en Equilibrio



Más de **3,000 productos**, de **140 laboratorios**, en nuestras más de **80 sucursales** a tu alcance.

#1
Líder del segmento
¡Abasteciendo tu negocio de insumos para la salud!

1% Al pagar con
Transferencia bancaria
Pago en una sola exhibición

Meses sin intereses
mínimo de compra
\$7,000.00*
*3 meses sin intereses en toda la tienda
Únicamente con tarjeta Banamex

Visita nuestras sucursales

Chetumal

Av. Belice, Esq. San Salvador
No. 262, Col. David Gustavo,
Othón P. Blanco, Chetumal,
Quintana Roo, C.P.77011

Tel: (983) 154 9377
(983) 115 5271

Cancún

Av. José López Portillo SM.
66 MZA 3 #7, Benito Juárez,
Cancún, Q.Roo. C.P. 77500

Tel: (998) 242 9199
(998) 884 0424

Playa del Carmen

Col. Gonzalo Guerrero MZ 113
LT 19 Av. Constituyentes entre
40 y 45 Av. C.P. 77720, Playa del
Carmen. Solidaridad.

Tel: (984) 179 0212
(984) 803 3403

Mérida

Calle 65 No. 424, Local 6 y
7, Col. Centro, Mérida,
Yucatán. C.P. 97000

Tel: (999) 215 2088
(999) 923 0402

Campeche

Calle 57 No. 41 entre 14 y 16, Col.
Centro, San Francisco de
Campeche, Campeche. C.P. 24000

Tel: (981) 168 8184
(981) 127 1466

Valladolid

Calle 42 N° 219, X 45 y X
47. Local 6, 7 y 8. Colonia
San Juan, C.P. 97780,
Valladolid, Yuc.

Tel: (985)109 6725
(985) 856 2225

Tizimín

Calle 55 X 52 y 54, No. 417
Local 1,2,3 Y 4, Col. Centro,
Tizimín, Yucatán. C.P. 97700

Tel: (55) 37070439
(986) 863 2473

eQ-Fácil
Tu tienda en línea
www.eqfacil.com.mx

Publicidad dirigida a Profesionales de la Salud.



@equilibriofarmacéutico



@EQF_MX



@eqf_mx



Equilibrio Farmacéutico



Equilibrio Farmacéutico



Soy_EQF

ESTIMADO LECTOR:

En la **REVISTA SALUD Y VIDA** seguimos al ritmo de un constante cambio y crecimiento, mes con mes nos esforzamos para brindarle un nuevo espacio a nuestros lectores; un espacio en donde puedan encontrar información útil y sobretodo fidedigna.

Siempre queremos ser portadores de buenas noticias, entre una de ellas, compartirlas que en la edición de este mes, contamos con la presencia del **Dr. Roberto Rodríguez Rivas** con el tema **Esclerosis múltiple, "la enfermedad de las mil caras"**.

Cada año, el **19 de octubre se celebra el Día Internacional Contra el Cáncer de Mama**, uno de los cánceres más frecuentes, y en etapas avanzadas, más letales en la mujer. El objetivo de este importante día es concientizar a toda la sociedad en la lucha contra este tipo de cáncer, que se puede curar si se diagnostica a tiempo. La detección temprana a fin de mejorar el pronóstico y la supervivencia de los casos de cáncer de mama sigue siendo la piedra angular en la batalla contra él.

Es importante familiarizarte con tu cuerpo, por lo que es recomendable realizarte una **autoexploración de mamas** cada mes. La autoexploración te ayudará a detectar cualquier cambio de manera oportuna, además de visitar periódicamente a tu especialista.

**Ama la vida. Defiéndela. Revísate.
Lucha por cada día**



Lic. José Luis Preciado - Director General
y LAE. Pilar Ortíz - Directora Comercial



EQUIPO EDITORIAL

• LIC. JOSÉ LUIS PRECIADO
DIRECTOR GENERAL

• LAE. PILAR ORTIZ
DIRECTORA COMERCIAL

• ING. ALFONSO DE JESÚS
RUIZ HERNÁNDEZ
DISEÑO Y PUBLICIDAD

• YEYETZI JIMÉNEZ
COORDINADORA DE VENTAS

• ENF. ISRAEL ARMANDO
BARBUDO MARTÍNEZ
JEFE DE DISTRIBUCIÓN

COLABORADORES

• LIC. STEPHANY ALEJANDRA
PALACIOS MARTÍNEZ

• CARLOS BAQUEIRO
FOTOGRAFO

• MARIANA SOPHIA
QUIÑONES BAQUEIRO
ASISTENTE DE FOTOGRAFÍA

17 Años Contigo

S&V Salud & Vida[®]
El enfoque médico humano

¡CONTÁCTANOS!

f Revista salud y vida @revista_saludyvidamx

TELÉFONOS:

(999) 900 0298 (999) 133 4536

www.revistasaludyvida.com.mx

revistasaludyvida@hotmail.com

ENCUENTRA TU EJEMPLAR GRATIS EN LOS SIGUIENTES LUGARES:

MÉRIDA



CAMPECHE



La editorial no se hace responsable de los artículos y anuncios publicados, ya que son responsabilidad de sus respectivos autores y no representa nuestro punto de vista. Las imágenes son de carácter ilustrativo. Derechos reservados Revista Salud y Vida Médica © 2024.

INFECCIONES RESPIRATORIAS EN NIÑOS

Las infecciones respiratorias son una de las patologías más frecuentes en la infancia, durante los primeros años de vida, sobre todo en invierno y si el niño asiste a la escuela. Constituyen un grupo de enfermedades de origen infeccioso que producen afección del aparato respiratorio y tienen una duración menor a 15 días. Esta puede ser causada por diversos agentes como virus, bacterias, hongos y parásitos. Sin embargo, los virus encabezan la mayoría de los casos, con un 45 a 77% en pediatría.

En la mayoría de los casos afectan a las vías respiratorias superiores (catarro de vías altas, faringitis y laringitis), aunque existen también infecciones que afectan a las vías bajas (bronquiolitis, bronconeumonías y neumonías), con mayores tasas de hospitalización.

Hay señales y síntomas que deben de ser monitoreados, como fiebre muy alta acompañada de malestar general, si la fiebre alta persiste más de dos días, si la tos persiste más de 10 días, respiración agitada, fatiga, si se marcan las costillas al respirar o se mueve mucho el abdomen.

La mayoría de las veces la infección se adquiere por la inhalación de secreciones infectadas. La aspiración de una pequeña cantidad de secreciones puede ser suficiente para causar la enfermedad, especialmente en los niños más pequeños, aquellos que tengan las defensas bajas o que estén desnutridos.



Debido a su fácil transmisión, es muy importante promover acciones básicas encaminadas a la prevención de esta enfermedad:

- Evite el contacto con personas con gripa. Uso del cubrebocas y un correcto lavado de manos.
- El lavado de manos debe ser con agua y jabón por al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño, antes de comer, y después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
- Limpie y desinfecte los objetos y las superficies que se tocan frecuentemente.
- Estar al día con la vacunación del infante, especialmente con las vacunas contra Neumococo, Haemophilus influenza tipo B y virus de la Influenza.

Las infecciones respiratorias constituyen una causa frecuente de morbilidad y mortalidad en niños a nivel mundial. La mayoría de estas tienden a ser leves y autolimitadas, sin embargo, es necesario conocer los signos de alarma para consultar de forma oportuna a su especialista.

Además de aplicar las medidas de prevención, con el fin de evitar la propagación de este tipo de infecciones.



Dr. Juan Alberto Soberanis Patron

ESPECIALISTA EN PEDIATRÍA / MEDICINA CRÍTICA PEDIÁTRICA
Céd. Prof. 12333028 UADY Céd. Esp. 13113323 UNAM

EME RED HOSPITALARIA, CONSULTORIO 214
56 Y 56 A CALLE 33, CENTRO, 97000 MÉRIDA, YUC

CITAS: 9999279200 EXT 1263 URGENCIAS: 9992203590

📱 @dr.betopediatría





La importancia de la evaluación de las biopsias y productos obtenidos de cirugías de mama por un patólogo especializado en glándula mamaria

Actualmente, el cáncer de mama es la neoplasia maligna más frecuente en mujeres de todo el mundo y es curable hasta en el 80% de los casos cuando la enfermedad aun no es metastásica y se encuentra en etapa temprana. Cuando realiza metástasis a órganos distantes se considera incurable. Los patólogos con experiencia en este órgano, trabajamos de la mano muchas veces con médicos radiólogos, oncólogos médicos, mastólogos, radio-oncólogos, cirujanos oncólogos y ginecología oncológica en grupos o comités multidisciplinares para ofrecer un mejor abordaje en equipo para el paciente.

La mejor manera para tener un buen resultado es detectar la enfermedad con el tamizaje a tiempo, el cual debe iniciar desde los 18 años con autoexploración, al séptimo día después de terminar la menstruación.

El análisis clínico de las mamas desde los 25 años e iniciar las mastografías a los 40 años. En mujeres con mamas densas, la mastografía debe ser combinada con ultrasonido, según criterios de su médico radiólogo. Es importante acudir de preferencia con un radiólogo con especialización en mama.

Cuando el médico radiólogo encuentre una lesión sospechosa o de apariencia maligna por mastografía, el tomará una biopsia por aguja de corte o "trucut", la cual será estudiada por un médico con especialidad en patología para llegar a un diagnóstico. Las únicas lesiones que se toma biopsia por aspiración son los ganglios axilares o lesiones quísticas.

Lo ideal es que esta muestra sea analizada por un patólogo con especialidad en patología de mama ya que poseemos una interpretación más exacta de la biopsia y podemos realizar una mejor correlación con el estudio de imagen.

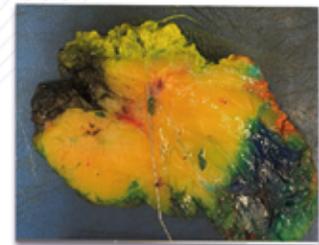
Algo importante, es que en la glándula mamaria hay muchas lesiones benignas que simulan ser malignas, y lesiones malignas que simulan ser benignas. Podemos establecer diagnósticos diferenciales, sugerir estudios de patología complementarios como la inmunohistoquímica y realizar un diagnóstico más detallado, oportuno y efectivo para facilitarle al oncólogo médico y al cirujano una mejor planeación y un tratamiento más personalizado para el paciente.

Los patólogos de mama realizamos una clasificación histológica más precisa de las distintas variantes histológicas de los tumores de mama, esto es importante ya que cada variante tiene distinto pronóstico y tratamiento.

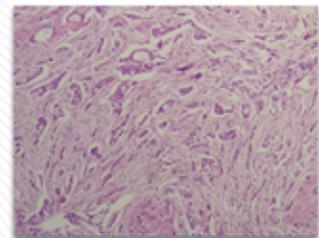
También en la cirugía de la glándula de mama, realizamos un estudio más extenso y detallado del espécimen y se realiza una etapificación más adecuada del paciente, sobre todo cuando estamos ante un paciente que recibió quimioterapia neoadyuvante, es decir, quimioterapia previa a la cirugía para poder establecer si estamos ante una respuesta completa o parcial ante la quimioterapia, ya que esto es de vital importancia para el oncólogo para tomar decisiones. **Ante cualquier duda te dejo unas referencias, mi contacto de Instagram y del laboratorio.**



Control radiológico de la pieza obtenida en cirugía.



Al corte del espécimen, se identifica el área sospechosa en el control radiológico.



Imágenes microscópicas de la lesión.



El único patólogo con adiestramiento en mama del sureste.



EPITELIOS
— PATOLOGÍA Y CITOLOGÍA —



Dr. José Raúl Vizquez Avila
ANATOMÍA PATOLÓGICA
ALTA ESPECIALIDAD EN PATOLOGÍA DE MAMA
Céd. Esp. 14045295 Universidad de Guadalajara

(999) 194 2242

www.epitelios.mx

Laboratorio epitelios

Laboratorio epitelios

@dr.raulvazquez

Calle 51 no 426 entre 58 y 69 Fracc. Francisco de Montejo II.

Referencias:

1. Harbeck, N., Penault-Llorca, F., Cortes, J. et al. Breast cancer. Nat Rev Dis Primers 5, 66 (2019). <https://doi.org/10.1038/s41572-019-0111-2>
2. Angerilli, V.; Galuppini, F.; Pagni, F.; Fusco, N.; Malapelle, U.; Fassan, M. The Role of the Pathologist in the Next-Generation Era of Tumor Molecular Characterization. Diagnostics 2021, 11, 339.
3. Soofi Y, Khoury T. Inter-Institutional Pathology Consultation: The Importance of Breast Pathology Subspecialization in a Setting of Tertiary Cancer Center. Breast J. 2015 Jul-Aug;21(4):337-44. doi: 10.1111/tbj.12420. Epub 2015 Apr 15.
4. Jakate K, De Brot M, Goldberg F, Muradali D, O'Malley FP, Mulligan AM. Papillary lesions of the breast: impact of breast pathology subspecialization on core biopsy and excision diagnoses. Am J Surg Pathol. 2012 Apr;36(4):544-51. doi: 10.1097/PAS.0b013e318243fa00. PMID: 22314186.
5. Consenso Mexicano sobre Diagnóstico y Tratamiento del Cáncer Mamario (10ma revisión, 2023).



LA MANCUERNA PERFECTA

De la cirugía bariátrica a cirugía plástica.

En SHAPE, hemos ampliado los límites de la belleza que va más allá de la simple pérdida de peso. Gracias al talento de nuestros especialistas, como el Dr. Roberto de Anda, el Dr. Allende Pérez, el Dr. Gilberto Medina y el reciente ingreso del Dr. Carlos Reza, hemos sido testigos de transformaciones estéticas increíbles, aun así, con el cambio de medidas y de peso siempre quedan dudas por resolver.

¿Qué sucede con los pacientes que, debido al peso perdido, tienen un exceso de piel?

Para quienes encuentran que el exceso de piel se ha convertido en un problema físico, emocional o de salud, la cirugía estética ofrece resultados muy satisfactorios. ¡Pero cuidado! ¡Es muy importante estar preparado para los cambios que verás en tu cuerpo!

La cirugía plástica no es una estrategia para lograr una mayor pérdida de peso, sino un procedimiento para obtener una apariencia más estética.

A su vez, se debe conocer tu historial clínico y cualquier comorbilidad que hayas padecido o padezcas.

Por eso recomendamos que ambos profesionales de la salud pertenezcan a la misma clínica o que trabajen en estrecha colaboración.

Además, toma en cuenta que es fundamental tener expectativas claras sobre lo que la cirugía plástica puede lograr para tu cuerpo con tu tipo de piel y figura.

Si padeces obesidad, tienes exceso de piel tras una pérdida significativa de peso, o ya cuentas con la aprobación de tu cirujano bariátrico, puedes estar seguro de que estarás en las mejores manos, ya que con el apoyo del Dr. Roberto de Anda, el Dr. Allende Pérez, el Dr. Gilberto Medina y el Dr. Carlos Reza, cuentas con la experiencia y el compromiso para brindarte la atención de excelencia que necesitas.

De este modo, la mancuerna perfecta reúne todo el apoyo emocional, nutricional y estético que requiere tu proceso, asegurando resultados óptimos y una experiencia transformadora de principio a fin.

Dr. Roberto de Anda Céd. Prof.: 5432367-UADY / Céd. Esp.: 10509068-UNAM

Dr. Allende Pérez Novelo Céd. Prof.: 2986014 UADY / Céd. Esp.: 5114013-UDG

Dr. Gilberto Medina Céd. Prof.: 6240072-UAM / Céd. Esp.: 10554897-UDG

Dr. Carlos Reza Moreno Céd. Prof.: 6812111-UADY / Céd. Esp.: 9239719-CMCGAC

 ShapeMexicoOficial  @shape.mx

Calle 4, #136, Residencial Montecristo,
97133, Mérida, Yucatán

Tel.: (999) 761 9839  (999) 544 9198



Impotencia masculina Disfunción eréctil ¿POR QUÉ ME PASA?

La disfunción eréctil es un problema que afecta a muchos hombres en algún momento de su vida. Puede tener diversas causas, tanto físicas como psicológicas; puede afectar la autoestima, la confianza y la calidad de vida de quienes la padecen. La disfunción eréctil es la incapacidad repetida de lograr o mantener una erección lo suficientemente firme como para tener una relación sexual satisfactoria.

La edad es el factor de riesgo más importante para padecer disfunción eréctil de cualquier grado y a más edad, mayor severidad del proceso. Envejecer es una de las muchas cosas que puede causar disfunción eréctil, sin embargo, la disfunción eréctil puede suceder a cualquier edad y no todas las personas mayores la padecen.

Las alteraciones más frecuentes son vasculares y especialmente la arteriosclerosis. En este grupo están las personas con colesterol alto, tabaquismo, diabéticos y personas con tensión arterial alta. También por daño en la vascularización, las personas que han sufrido traumatismos en los huesos de la pelvis o que han sido tratadas con radioterapia.

Con menos frecuencia se da en enfermedades del cerebro, como Parkinson, Alzheimer, trombosis y embolias cerebrales. También las alteraciones de la médula espinal, como la hernia de disco, fracturas de columna vertebral con daño medular. Las personas que han sido tratadas quirúrgicamente por cáncer de próstata, colon o recto, también pueden padecer disfunción eréctil.

El síntoma de la disfunción es la dificultad o imposibilidad de lograr una erección o de mantenerla antes o durante el acto sexual.



Puede ocurrir repentina o gradualmente. Algunos hombres pierden lentamente la firmeza de las erecciones o la duración de las mismas.

En otros hombres, especialmente cuando se debe en gran parte a factores psicológicos, el problema puede ocurrir de manera imprevisible y puede mejorar en cualquier momento.

El tratamiento deberá estar orientado según las expectativas y deseos del paciente. Es muy importante el apoyo de la pareja y la exposición del problema al médico con total naturalidad.

La modalidad del tratamiento viene dictada por el problema específico que causa la disfunción eréctil. El primer paso es definir la causa, si es posible, y luego optar por un tratamiento en el que el paciente este de acuerdo de la mano con su especialista de confianza.

DR. JOSÉ BOLIO
CIRUJANO URÓLOGO



DR. JOSÉ ERNESTO BOLIO ROMERO

*Cirujano Urologo / Especialidad en Endourología y Mínima Invasión
Céd. Prof. 7248979 UNIV. DEL MAYAB Céd. Esp. 13409790 UNIV. IEU*

CLÍNICA PENINSULAR, Consultorio N. 7
Calle 18-185, México Oriente, 97137 Mérida, Yuc.

HOSPITAL CEM

CONSULTORIO: (999) 469 3178 CITAS: (999) 442 9458

Urologo Dr. José Bolio

@urologo_drjosebolio

URÓLOGO EN MÉRIDA

Dr. José Manuel Michel

Urología y Cirugía Urológica de Mínima Invasión (Endourología y Cirugía Urológica Laparoscópica), Andrología, Céd. Esp. 12025896 - UAEM
Céd. Prof. 8495714 - UAG Certificación del Consejo Nacional Mexicano de Urología (ICONAMEU)-1607

ESPECIALISTA EN:

- Infertilidad y disfunción eréctil.
- Enfermedades de la próstata.
- Endourología.
- Cáncer de próstata.
- Cálculos en las vías urinarias.



TORRE MÉDICA PENSIONES
Consult. 103 Av. 7 #215 A entre 32 y 34
Interior del estacionamiento pensiones
Col. García Ginerés.
Tel: (999) 377 6377 / (999) 780 9517

www.drjmichelurologo.com

Facebook: @drjmicheluro Instagram: @drjmichelurologo

Sonríe con confianza CUIDAMOS DE TU SALUD DENTAL



ODONTOLOGÍA INTEGRAL

C.D. Brenda de la Cruz
CIRUJANO DENTISTA
Céd. Prof. 12838960
Universidad Anáhuac Mayab

**VALORACIÓN + LIMPIEZA DENTAL
POR \$500MXN**

Conoce Nuestros SERVICIOS

- RESINAS
- PRÓTESIS
- ENDODONCIA
- CORONAS
- ORTODONCIA
- IMPLANTES
- EXTRACCIONES

Citas al 999 335 4202

@cd.brendadlcruz

C.D. Brenda M. de la Cruz Nolasco
Calle 1D #247 por 36 y 38. Campeste,
Mérida, México



Especialista en el diagnóstico y tratamiento del CÁNCER

Dr. Alberto Mejía Novelo



Atención con Previa Cita

Clínica de Mérida, Consultorio 213.
Tel: (999) 925.83.33 y Cel: 9992 15.36.54
E-mail: dralbertomejia@yahoo.com.mx

Céd. Prof. 2170273, Céd. de Esp. de Radio Oncología 4623282, Céd. de Esp. de Oncología Médica 4623283. UADY. UNAM. Instituto Nacional de Cancerología. Avalado por el consejo Mexicano de Oncología, vigente abril 2024.

Especialista en OTORRINOLARINGOLOGÍA y Cirugía de Cabeza y Cuello

Dra. María del Carmen Manzanarez Villasana

Céd. Prof. 12034787 - UNAM
Céd. Esp. 14057530 - UNAM

Nuestros Servicios

- Rinoplastia estética y funcional.
- Septoplastias.
- Reducción de cornetes nasales.
- Amigdalectomías.
- Toma de biopsias en cuello.
- Resección de fistulas preauriculares.
- Biclectomías.
- Manejo de sinusitis.
- Control de rinitis alérgica.
- Infecciones de oído.
- Retiro de tapones de cerilla.
- Colocación de botox en tercio superior de cara y para bruxismo.
- Colocación de tubos de ventilación en oído.
- Pérdida de la audición.
- Vértigo.

CITAS: 559 100 1149



Dra. Manzanarez
OTORRINOLARINGOLOGÍA
QUIRURJÍA DE CABEZA Y CUELLO

Facebook: Dra. María del Carmen Manzanarez Villasana - Otorrinolaringología

Instagram: @dramanzanarezotorrino
ENE RED HOSPITALARIA Consultorio 216

La importancia de un adecuado CONTROL PRENATAL

La importancia de que lleves tu control prenatal en orden, incluso si es un embarazo saludable, reside en lograr que evolucione de tal manera que ambos tengan un excelente estado de salud, solo así podrás garantizar que la llegada de tu bebé se dé en las mejores condiciones posibles. Además, de esta manera tanto tú como tu especialista, tendrán una gran fuente de información sobre el desarrollo de ambos, lo que a su vez, puede ayudarlos a prevenir un gran número de complicaciones.

Tener un control regular desde una etapa muy temprana permite identificar a las pacientes con mayor riesgo obstétrico y perinatal, además de contribuir a conductas saludables durante el embarazo.

El primer trimestre es fundamental ya que es durante esta etapa en la que se comenzarán a tomar decisiones importantes al evaluar el estado de salud de la madre para lograr un desarrollo adecuado del bebé. Los objetivos del control prenatal en este primer trimestre son identificar el número de embriones y sacos gestacionales, escuchar el latido cardíaco del embrión, tomar las medidas del embrión para estimar las semanas de embarazo, medir la translucencia nucal, observar la morfología del embrión y observar el útero y estructuras anejas.

Llegado el segundo trimestre, los cuidados y estudios irán orientados en conocer posibles enfermedades congénitas, sexo y estado de salud en general del bebé para descartar o identificar posibles factores de riesgo. Existen parámetros que son indicadores de posibles anomalías estructurales en el feto, especialmente defectos del cierre del tubo neural.

Durante el tercer y último trimestre, lo fundamental será el estado de salud general de ambos, haciendo hincapié en los cuidados pediátricos del recién



nacido. Entre las semanas 34 y 36 de embarazo, la mujer tendrá que hacerse la ecografía del tercer trimestre para identificar la vitalidad y la estática fetal, comprobar el crecimiento del feto y su posición, determinar el volumen de líquido amniótico y diagnosticar posibles alteraciones, visualizar la placenta y comprobar su localización y observar el cordón umbilical y comprobar que no rodea el cuello del bebé.

Tener un correcto control durante el embarazo es fundamental para evitar poner en peligro la salud de la madre y/o del bebé. Las embarazadas deberán acudir a las revisiones médicas durante la gestación y realizarse las pruebas oportunas que le indique su médico.

Aquellas mujeres que dan a luz sin llevar un control durante el embarazo tienen mayor riesgo de tener hijos prematuros, con bajo peso al nacer o sufrir cualquier otra complicación gestacional.

Dra. Mónica Edith Flores Torres

Ginecóloga y Obstetra especializada en colposcopia, control del embarazo, papanicolaou, cirugía ginecológica, cirugía obstétrica y partos.
Ced. Prof. 7283167 UNACH Ced. Esp. 11117648 UADY

CEL: 999 163 6072 CITAS: 999 996 8031

EME RED HOSPITALARIA
CONSULTORIO 221

56 y 56 A Calle 33, Centro, 97000 Mérida, Yuc

 Ginecología y Obstetricia Dra. Mónica Edith Flores Torres  @monicaedithflorestorres



¿Las personas que viven con DIABETES TIENEN ALIMENTOS PROHIBIDOS?

La correcta nutrición y el ejercicio son elementos esenciales para que las personas con diabetes puedan tener una vida saludable y plena. Es por ello que tener un buen plan de alimentación y un acompañamiento físico integral son necesarios si se quiere mantener un adecuado nivel de glucosa en la sangre.

Como nutrióloga, siempre recomiendo a mis pacientes que viven con la enfermedad consumir una amplia variedad de alimentos de todos los grupos, en cantidades y formas establecidas según sus necesidades particulares, porque no hay dos pacientes iguales y tampoco alimentos prohibidos.

Por ejemplo, algunas personas con diabetes tienen que comer casi a la misma hora todos los días; otras pueden ser más flexibles con el horario de sus comidas. Esto se debe a que existen diversos factores individuales que hay que tomar en cuenta, como la medicación, cambios hormonales, el sexo, la edad o el tipo de insulina aplicada.

Por esta razón, los planes alimenticios siempre deben tener un enfoque personalizado, ya que un paciente puede necesitar una cantidad de carbohidratos todos los días a la misma hora, mientras que otro no necesariamente necesita de esto y pueden tener días libres.

Además, para la mayoría de las personas con diabetes tipo 2, la pérdida de peso puede facilitar el control de la glucosa en la sangre y ofrece muchos beneficios importantes para la salud a largo plazo, por lo que un correcto control del peso puede ser un gran aliado contra la enfermedad.



Por todo lo anterior, siempre recomiendo a las personas que viven con diabetes complementar su medicación con un plan de alimentación personalizado, que se adapte a sus necesidades y gustos particulares. Porque, el qué y cuánto comer; cuánto y cómo moverse son elementos tan importantes como los fármacos a la hora de mantener un nivel de glucemia dentro de los límites recomendados.

Si eres una persona que vive con diabetes y te interesa saber más sobre cómo puedes incluir los alimentos que te gustan en tu día a día, o quieres obtener un plan nutricional que se ajuste a tu condición, pero también a tus gustos y necesidades, no dudes en contactarme y agendar una consulta conmigo.

A través de mis programas de alimentación he podido ayudar a muchas personas a tener una relación más amigable con su alimentación, mediante herramientas que se practican en consulta. Con el trabajo que realizamos, los pacientes que viven con diabetes logran **empoderarse**, lo que los lleva a ser capaces de cuidar de su propia salud y volverse más conscientes de lo que comen, sin prohibiciones.



Paulina Sarabia
Nutrición Clínica

Especialista en Nutrición Clínica con Diplomado de Educación en Diabetes. Ced. prof. 13289742

Tel. 999 108 8739

 nutriologa Paulina Sarabia  @nutriologa.pausarabia

Dirección: Calle 23 #232 col Monte Carlo

LOS CUIDADOS POST HOSPITALARIOS:

Clave para una Recuperación Óptima

La hospitalización, ya sea por cirugía, enfermedad o accidente, puede ser un proceso difícil y estresante. Sin embargo, el verdadero desafío a menudo comienza después del alta médica, cuando el paciente debe continuar su recuperación fuera del entorno hospitalario. Por lo que unos correctos cuidados post hospitalarios son esenciales para garantizar que este proceso transcurra de manera segura y efectiva, minimizando el riesgo de complicaciones y facilitando una rehabilitación completa.

¿QUÉ SON LOS CUIDADOS POST HOSPITALARIOS Y POR QUÉ SON CRUCIALES?

Los cuidados post hospitalarios engloban el seguimiento y la atención que un paciente recibe después de ser dado de alta. Los primeros días son especialmente críticos, ya que es cuando el riesgo de complicaciones, como infecciones o recaídas, es más elevado. Un enfoque adecuado en esta etapa puede marcar la diferencia entre una recuperación exitosa y la aparición de problemas de salud adicionales.

La importancia de este tipo de cuidados radica en su capacidad para asegurar que el proceso de sanación se desarrolle según lo esperado, evitando reingresos hospitalarios y complicaciones. Los pacientes pueden optar por continuar su recuperación en el hogar o en centros especializados que proporcionan un entorno seguro y adecuado para su recuperación.

CENTROS ESPECIALIZADOS EN CUIDADOS POST HOSPITALARIOS: UNA ALTERNATIVA EFICIENTE

Los centros de recuperación post hospitalaria ofrecen una excelente alternativa para aquellos pacientes que requieren atención prolongada o que prefieren evitar estancias hospitalarias innecesarias. Estos centros están diseñados para proporcionar una atención y supervisión en un entorno cómodo y seguro, lo que ayuda a reducir complicaciones y a facilitar una recuperación óptima.

Independientemente de si el paciente decide recuperarse en su hogar o en un centro especializado, existen algunas recomendaciones clave para garantizar que el proceso de recuperación sea lo más efectivo posible:

- **Identificar las necesidades actuales y futuras:** Evaluar los cuidados y terapias que se requerirán a lo largo del proceso de recuperación, así como determinar los profesionales de la salud más adecuados para cada caso.
- **Asegurar un entorno adecuado:** Contar con un espacio limpio, cómodo y seguro que favorezca el descanso y la movilidad del paciente.
- **Seguir las indicaciones médicas:** Cumplir rigurosamente con los tratamientos, medicamentos y terapias prescritas por el médico tratante.
- **Planificar los cuidados:** Mantener una comunicación constante con el médico y establecer un plan de seguimiento para asegurar que la recuperación se lleve a cabo de manera eficiente y dentro de los tiempos previstos.



ALLIVIA RECOVERY & HEALTH CARE CENTER: Recuperación especializada en Mérida

Ubicado en el fraccionamiento Altabrisa de Mérida, Yucatán, **Allivia Recovery & Health Care Center** ofrece una solución integral para pacientes que necesitan cuidados post hospitalarios especializados. Este centro se presenta como una alternativa perfecta a las estancias prolongadas en hospitales, brindando un entorno privado, seguro y confortable, diseñado específicamente para aquellos pacientes que, aunque ya no requieren cuidados intensivos, siguen necesitando atención y supervisión continua.



En Allivia, cada paciente cuenta con un plan de cuidados totalmente personalizado, siguiendo siempre las indicaciones de su médico tratante. El equipo multidisciplinario de profesionales capacitados trabaja las 24 horas para garantizar que los pacientes reciban la atención adecuada en cada fase de su recuperación. La comunicación constante con los familiares y el equipo médico es una prioridad, asegurando así un seguimiento cercano y personalizado del progreso de cada paciente.

Las instalaciones de Allivia están diseñadas para ofrecer un ambiente tranquilo y cómodo. Además de las habitaciones privadas, se cuenta con áreas comunes, servicio de comidas, lavandería y limpieza, todo pensado para proporcionar al paciente el máximo confort durante su estancia. Su ubicación estratégica, cerca de hospitales, laboratorios y farmacias, facilita el acceso a cualquier servicio adicional que pueda ser necesario.

Mérida, conocida por su clima cálido y como destino para el turismo médico, ha atraído a pacientes nacionales e internacionales que buscan un lugar ideal para su recuperación. Por lo que Allivia Recovery & Health Care Center se suma a esta tendencia, ofreciendo una opción profesional y acogedora, ideal para quienes desean evitar las complicaciones de prolongar su estancia en un hospital u hotel, recibiendo en cambio atención especializada en un entorno diseñado para su bienestar.

Por lo que si buscas un centro de recuperación post hospitalaria que combine profesionalismo, atención personalizada y un ambiente acogedor, Allivia Recovery & Health Care Center es la opción ideal. Te invitamos a conocer nuestras instalaciones y a descubrir cómo podemos ayudarte para que te enfoques en lo más importante: tu recuperación.

INFORMES: (999) 228 5419

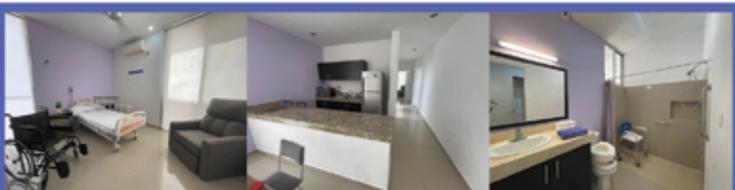
✉ info@alliviamexico.com

📍 www.alliviamexico.com

allivia
Recovery & Healthcare Center

Calle 19 No. 512 Depto. 1 por 26 y 28 Fracc. Altabrisa, Mérida, Yucatán.

Resp. San. E.G Roberto Rivas González Céd. Prof. 6352220 INCIH Aviso de Funcionamiento #2331015036x00148



CIÁTICA

No es un simple dolor de espalda

A menudo, el término “**ciática**” se confunde con un dolor general de espalda. Sin embargo, la ciática no se limita solo a la espalda. El nervio ciático es el nervio más grande y largo del cuerpo humano. Recorre desde la zona baja de la espalda hasta los dedos de los pies, llegando por la parte posterior de la pierna.

Este nervio controla los músculos de la parte inferior de la pierna y es el responsable de que tengamos sensación en la piel del pie y en la mayor parte de la región inferior de la pierna.

La ciática no es una afección, sino más bien un síntoma de otro problema relacionado con el nervio ciático.

La ciática es un síntoma de un problema médico ya existente, no es un diagnóstico por sí mismo. El término hace referencia a los síntomas de dolor en la pierna, hormigueo, adormecimiento y debilidad que empiezan en la parte inferior de la espalda, pasando por los glúteos y el nervio ciático mayor en la parte posterior de la pierna, afectando hasta los pies o incluso los dedos.

La anatomía compleja **del nervio ciático** hace que los síntomas de la ciática varíen según el lugar donde se produce la irritación. Para algunas personas, el dolor ciático puede ser fuerte y debilitante, y para otras, los síntomas pueden ser infrecuentes e irritantes, pero es posible que empeoren.



Para los casos menos graves, que son la gran mayoría, existen una serie de tratamientos no quirúrgicos que buscan aliviar el dolor. Para los casos más graves, es necesario someterse a una intervención quirúrgica.

Si el dolor ciático es grave y no ha mejorado durante seis o doce semanas, es razonable pensar en una cirugía de la parte inferior de la espalda. Existen procedimientos que se realizan específicamente según la causa del dolor ciático y su duración.

Es vital que cuando se requiere una intervención quirúrgica, esta sea realizada por especialistas avalados.

Ante cualquier signo de malestar acude con tu profesional de confianza.

DR. LUIS ALBERTO RAMIREZ LÓPEZ

Cirugía neurológica, cirugía cerebro-vascular y cirugía de columna vertebral

Ced. Prof. 2659973 - ANÁHUAC Ced. Esp. 4896511 - UNAM

TEL: 999 947 2495

HOSPITAL STARMEDICA
Consultorio 417
fraccionamiento Altabrisa.

FARO DEL MAYAB
Consultorio 711
Sta Gertrudis Copo.

**HOSPITAL
CHRISTUS MUGUERZA**

**CLÍNICA
GAMED CUPULES**

Luis Ramirez Neurocirujano Cirugía de Columna @drluisramirez

www.drluisramirezlopez.com



MENOPAUSIA

Un proceso natural en la mujer

Desde el año 2000, la Organización Mundial de la Salud estableció el 18 de octubre como el día mundial de la menopausia, con el objetivo de ayudar a crear conciencia sobre la necesidad de prestar atención a la salud de la mujer y prevenir las enfermedades más frecuentes en esta etapa.

La menopausia sucede cuando la mujer pasa 1 año completo sin menstruar, lo que representa el final de su vida reproductiva.

La mayoría de las mujeres podrán identificar cuando se encuentre en esta etapa perfectamente, ya que presentarán bochornos, cambios de humor, insomnio y cambio en los ciclos menstruales, sin embargo, existen muchos más síntomas: Sentir que nuestro corazón late muy rápido, dolor en articulaciones, cansancio físico y mental, que se nos olviden las cosas, cambio en nuestra piel e inclusive en nuestra sexualidad.

Todos estos síntomas son un reflejo de los cambios que presenta nuestro cuerpo, ya que los estrógenos no solo están en los ovarios, también están presentes en hueso, cerebro y vagina, por mencionar algunos órganos, y esto refleja el cambio que presenta nuestro cuerpo a nivel metabólico.

El metabolismo son los procesos que utiliza el cuerpo para funcionar, por lo tanto al presentarse la menopausia, también se presentarán cambios en nuestro metabolismo como mayor riesgo de resistencia a la insulina, mayor riesgo de infartos, redistribución de grasa corporal, cambios en el hígado, tiroides y osteoporosis.

Es importante entender lo que sucede en nuestro cuerpo durante esta etapa para comprender el tratamiento.



El tratamiento de la menopausia, está enfocado a mejorar la calidad de vida de la mujer durante esta etapa, tratando no solo los síntomas, si no también los cambios metabólicos, físicos y mentales que puedan presentarse.

La mayoría de las veces escuchamos sobre las opciones de tratamiento hormonal y ciertamente este tipo de tratamiento es muy bueno, ya que no solo se cumple el objetivo de tratar los síntomas, si no que también ayuda en cuestión metabólica.

Sin embargo no es la única opción, para aquellas mujeres que no son candidatas o no deseen tratamiento hormonal, existen diferentes alternativas de terapia NO hormonal, que igualmente nos ayudan a tratar los síntomas de la menopausia.

El tratamiento de la menopausia es muy variado y depende de cada paciente. Así consideramos todos los aspectos por medio de un protocolo que nos llevará a decidir cuál es la mejor opción para tratar los síntomas, los cambios metabólicos y si se necesita ayuda de otros especialistas.

Eventualmente todas las mujeres pasaremos por la menopausia, el problema no es cuándo, sino cómo viviremos esta etapa y el impacto que esto tendrá en nuestro cuerpo, mente y relaciones personales.

Se puede vivir una menopausia feliz y plena.



Dra. Mayra G. Ávila Herrera

Especialista en Ginecología y Obstetricia. Alta Especialidad en Peri-Post Menopausia y Metabolismo Óseo. Diplomado en Colposcopia y Patología del Tracto Genital Inferior. Diplomado en Láser en Tracto Genital Inferior y Ginecología Regenerativa. Céd. Prof. 8349537 - UNIV. DEL MAYAB Céd. Esp. 12330345- UNAM

CITAS AL: TEL: 999 234 9120 **WHATSAPP: 990 101 1070**

CLÍNICA LYMPHA (Calle 28 #188J Col. García Ginerés, Mérida, Yuc.)

dramayraavilah@gmail.com [Dra. Mayra Avila Herrera](#) [@dra.mayragine](#) [Dra. Mayra Avila Herrera](#)

IMPLANTES DENTALES

Un reemplazo de dientes funcional, estético y que puede durar toda la vida

De todas las formas modernas que tiene la odontología para reemplazar dientes faltantes, los implantes dentales son por mucho la mejor opción. No hay otra técnica de reemplazo que le brinde un resultado de mayor duración.

Los implantes también ayudan a preservar el hueso que sostiene los dientes y que se deteriora en forma natural cuando se pierde una pieza dentaria. La pérdida de hueso es una de las principales consecuencias ocultas de perder un diente.

El procedimiento quirúrgico que se usa para colocar un implante es en realidad sencillo y rutinario. En la mayoría de los casos solo requiere anestesia local. Después de un período de cicatrización, se le cubre con una corona que parece natural, hecha a medida para que combine con sus dientes naturales existentes.

¡Los implantes tienen una tasa de éxito de más del 95 %!, significativamente más alta que cualquier otra opción de reemplazo dental.

El implante dental es insertado en forma directa en la mandíbula, en el espacio vacío dejado por el diente faltante. Durante el período de cicatrización, el implante se integra con el hueso que lo rodea.

Los implantes pueden reemplazar dientes faltantes en varias formas. Se usan para reemplazar un solo diente o bien, varios dientes.

Para reemplazar todos los dientes, en este caso, los dientes de reemplazo del implante dental protegen su mandíbula, no se deslizan y pueden durar toda la vida.

En la actualidad, la odontología ha experimentado grandes avances en técnicas quirúrgicas, permitiéndonos colocar implantes en áreas que antes habrían sido imposibles.

Ahora, somos capaces de regenerar hueso en zonas comprometidas, lo que nos permite restaurar tanto el maxilar como la mandíbula de manera efectiva.



Gracias a estos procedimientos, podemos devolver la funcionalidad masticatoria y la estética de la sonrisa a pacientes que han perdido una o más piezas dentales. ***Imagina volver a masticar y sonreír con confianza, una realidad que, hoy en día, está al alcance de la mayoría de las personas.***

En muchos de los casos los implantes dentales requieren de una reestructuración en encías; la colocación de estos implantes se realiza en el hueso maxilar, ayudando a mantener su forma y su densidad, lo que implica que también apoyan el esqueleto facial y de forma indirecta, las estructuras de los tejidos blandos, tejidos de las encías, las mejillas y los labios.

Actualmente los Implantes Dentales son la mejor opción para recuperar uno o varios dientes naturales perdidos; son funcionales, estéticos y pueden durar toda la vida.



Dr. William Herrera Rodriguez

Cirujano dentista, Especialidad en Prótesis Bucal
Diplomado en Implantología.

Céd. Prof. 4118930 UNIV. VERACRUZANA Céd. Esp. 6820276 CEYES ODO

CEL. 999 331 7108

Calle 15 #501 int. 703 Altabrisa, Mérida, Yucatán. Cp. 97130

 **LiderDent**

www.liderdent.com.mx

¿QUÉ SON LOS RELLENOS FACIALES O FILLERS?

Los rellenos faciales, también conocidos como fillers, son sustancias que se inyectan debajo de la piel para rellenar arrugas, disminuir o eliminar líneas de expresión, surcos y dar volumen a ciertas áreas del rostro. Actualmente, se trata de uno de los procedimientos más populares en medicina estética, ya que ofrecen resultados visibles y duraderos sin la necesidad de cirugía plástica reconstructiva.

Los fillers se suelen aplicar en labios para dar volumen, en mandíbula para dar definición, en nariz para hacer un efecto lifting, en contorno de ojos para disimular las ojeras y en surcos o arrugas para hidratarlas y minimizarlas. Estas son las áreas más comunes, pero existen mucho más e incluso, se pueden aplicar en otras partes del cuerpo.

Para que estos tratamientos sean seguros, aunque sean mínimamente invasivos, deben realizarlos médicos expertos, para no afectar tu salud o alterar las expresiones naturales del rostro.

Existen diferentes tipos de rellenos o fillers, te los comentamos todos brevemente:

- **Ácido hialurónico:** Es el tipo de relleno facial más utilizado, puesto que se trata de una sustancia natural que se encuentra en la piel y que se reabsorbe con el tiempo.

- **Hidroxiapatita cálcica:** Es un relleno semipermanente que puede durar hasta 18 meses. Es una buena opción para dar contorno mandibular como también dar volumen al mentón y malar.



La duración de los fillers en el rostro depende, por un lado, del tipo de filler y por otro del organismo de la persona. La duración del ácido hialurónico suele durar entre 6 y 12 meses; la hidroxiapatita cálcica es semipermanente y puede durar hasta 18 meses.

Los fillers o rellenos faciales son una opción conveniente y versátil dentro de la medicina estética para combatir los signos del envejecimiento y mejorar la apariencia del rostro.

Con una amplia variedad de tipos disponibles, estos tratamientos son perfectamente adaptables a distintas necesidades, pero siempre ofreciendo beneficios, los que van desde la reducción de arrugas hasta la restauración del volumen perdido.

La rapidez en los resultados y la mínima necesidad de tiempo de recuperación hacen que los fillers sean una elección preferida para quienes buscan mejorar su estética sin necesidad de interrumpir su rutina de forma drástica o pasar por el quirófano.

Es importante que acuda con Cirujanos Plásticos Certificados por el Consejo Mexicano de Cirugía Plástica Estética y Reconstructiva.



Dr. Carlos Alberto Marengo Correa

Cirujano Plástico, Estético y Reconstructivo.

Ced. Esp: 5472226 - UNAM

HOSPITAL FARO DEL MAYAB.

Consultorio 806 piso 8.

Tel: (999) 921 4924 Cel: (999) 247 9486

CENIT MEDICAL CENTER.

Consultorio 1008 y 1009.

Tel: (999) 406.01.53

 @MARENCOCIRUGIAPLASTICA

 MARENCO CIRUGÍA PLÁSTICA

REEMPLAZO DE CADERA

Una nueva posibilidad para vivir sin dolor

Como cualquiera de los huesos del cuerpo, los componentes de la cadera pueden sufrir desgaste, lastimarse y fracturarse. Esto puede ser ocasionado por lesiones o enfermedades degenerativas. En algunos casos, una prótesis de cadera es una solución a los problemas de funcionalidad y dolor.

Un reemplazo de cadera es una cirugía donde la articulación dañada de la cadera se sustituye por una artificial. A esta articulación artificial se le llama prótesis o implante. Cuando la cadera sufre daño severo debido a una enfermedad o lesión, realizar actividades aún sencillas puede ser doloroso. Esto vuelve difícil caminar, subir escalones, levantarse de una silla y hasta vestirse, incluso se puede sentir incomodidad y malestar mientras se descansa.

Un especialista en Ortopedia considera el reemplazo total de cadera cuando los medicamentos y otros tratamientos conservadores no mejoran los síntomas. Esta cirugía es un procedimiento seguro y efectivo, puede aliviar el dolor, aumentar el movimiento y ayudar a volver a disfrutar de las actividades cotidianas normales. *El paciente puede caminar con ayuda a las 24 horas después de someterse a cirugía.*

En un reemplazo total de cadera, el hueso y el cartilago dañados se extraen y se reemplaza con componentes protésicos. A esta operación también se le denomina artroplastia total de cadera.



La afección más común por la cual se realiza un reemplazo total de cadera es la osteoartritis severa de cadera. Se estima que representa hasta el 70% de los casos.

Los componentes protésicos pueden “encajar a presión” en el hueso para permitir que su hueso crezca sobre los componentes o pueden cementarse en su lugar. La decisión de presionar el ajuste o cementar los componentes se basa en una serie de factores, como la calidad y la resistencia del hueso. Su especialista elegirá el tipo de prótesis que mejor satisfaga sus necesidades.

Para asegurar una recuperación adecuada y evitar la dislocación de la prótesis, se recomienda tomar precauciones especiales al sentarse, agacharse o dormir, generalmente durante las primeras seis semanas después de la cirugía.

Estas precauciones variarán de persona a persona, dependiendo del enfoque quirúrgico que utilizó su especialista para realizar el reemplazo total de cadera.

Dr. Adrián Chan Cisneros

Especialista en Ortopedia y Traumatología, alta especialidad en cirugía articular.

Céd. Prof. 10269588 UADY Céd. Esp. 12779908 UADY

Contacto: 999 603 0995

Urgencias: 999 151 7412

 @dr.adrianchanortopedia

HOSPITAL
FARO
DEL MAYABÍ

Consultorio 911



Hospital de Gracia
Consultorio 1



ESCLEROSIS MÚLTIPLE

“LA ENFERMEDAD DE LAS MIL CARAS”

La Esclerosis Múltiple (EM) es una enfermedad neurológica; afecta al Sistema Nervioso Central, formado por el cerebro y la médula espinal. El sistema inmunitario normalmente protege al cuerpo, pero en la EM ataca a la mielina de las células nerviosas (neuronas) por error. Al atacar de manera indiscriminada el sistema nervioso central los síntomas y manifestaciones son muy variadas.

No todos los síntomas aparecen en todas las personas, ni lo hacen con la misma intensidad. Este es el motivo por el que se presenta en cada persona de forma distinta y se suele llamar “*la enfermedad de las mil caras*”. La mayoría de los casos se diagnostican en personas que tienen entre 20 y 40 años de edad, precisamente cuando están diseñando su plan de vida, pero también puede aparecer en niños, adolescentes y ancianos. En los adultos jóvenes ocupa el primer puesto entre los trastornos neurológicos que causan incapacidad.

Hay personas que permanecen prácticamente asintomáticas tras largos años de evolución y hay otras con brotes frecuentes, o deterioro progresivo marcado o incluso, con curso fulminante. Los síntomas dependen del área inflamada o dañada en un momento específico. Además, los síntomas son diferentes en cada persona, se puede llegar a presentar fatiga, problemas de memoria, cambios anímicos, dificultad para movilizarse, entumecimiento, dolor, cosquilleo y deterioro de la visión.

Los tratamientos modificadores de la enfermedad (DMT, por sus siglas en inglés) han revolucionado el manejo de enfermedades autoinmunes y neurodegenerativas, como la esclerosis múltiple (EM).

Estos tratamientos actúan sobre las bases patológicas de la enfermedad, modulando o suprimiendo la respuesta inmunitaria. Con la introducción de fármacos más avanzados, los pacientes han experimentado una reducción significativa en la frecuencia y severidad de los brotes, ralentizando la progresión de la discapacidad física y cognitiva. La variedad de opciones, que incluyen terapias inyectables, orales e intravenosas, ha permitido personalizar el tratamiento según las características individuales de cada paciente.

El impacto de los DMT en el pronóstico de enfermedades como la EM ha sido radical. En el pasado, el pronóstico era sombrío, con un curso inevitable hacia la discapacidad.



Sin embargo, los pacientes que inician DMT a tiempo tienen la posibilidad de llevar una vida casi normal. Algunos estudios muestran que hasta el 70% de los pacientes tratados tempranamente con estos medicamentos pueden evitar la progresión a etapas más avanzadas de la enfermedad. Esto ha cambiado por completo el escenario clínico, donde antes predominaban los cuidados paliativos, a un enfoque donde la intervención temprana tiene un rol crucial.

Además de modificar el curso clínico de la enfermedad, los DMT han mejorado notablemente la calidad de vida de los pacientes. Estos fármacos no solo reducen los síntomas debilitantes de la enfermedad, sino que también ayudan a mantener la independencia y funcionalidad de los pacientes en su vida diaria. Gracias a estos avances, muchas personas con enfermedades como la EM pueden continuar con sus actividades laborales, sociales y familiares durante más tiempo, disminuyendo la carga emocional y económica tanto para ellos como para sus cuidadores.

En conclusión, el diagnóstico y tratamiento temprano son vitales para aprovechar al máximo los beneficios de los tratamientos modificadores de la enfermedad. Un diagnóstico precoz permite iniciar la terapia en las primeras fases de la enfermedad, cuando los pacientes aún tienen menos discapacidad acumulada y una mayor respuesta a los tratamientos. ***Este enfoque no solo mejora el pronóstico a largo plazo, sino que también transforma radicalmente la vida de los pacientes, permitiéndoles vivir de manera más plena y con menos limitaciones.***



Dr. Roberto Rodríguez Rivas
NEUROLOGÍA - NEUROINMUNOLOGÍA

Ced. Prof. 8929761 - UADY Ced. Esp. 12467582 - UNAM

HOSPITAL FARO DEL MAYAB
consultorio 717
CENTRO MÉDICO DE LAS AMÉRICAS
consultorio 114
Citas: (999) 941 9456 / (999) 927 1004
Urgencias: (999) 127 4296



AMIGDALITIS

Los virus y las bacterias que pueden causar amigdalitis pueden transmitirse de una persona a otra al inhalar las gotas liberadas en el aire al toser o estornudar. Además, la transmisión de estos agentes infecciosos también puede ocurrir a través del beso o por el contacto con objetos contaminados.

La amigdalitis suele estar causada por un virus en alrededor del 60% de las ocasiones y por bacterias en el 40% restante.

La inflamación de las amígdalas o amigdalitis es una infección –aguda, recurrente, o crónica– de las amígdalas palatinas, comúnmente conocidas como anginas. La amigdalitis aguda es una de las enfermedades más comunes en la infancia y en la mayoría de los casos aparece por un virus.

Todos estamos expuestos por igual a esta infección ya que se transmite fundamentalmente a través del aire, al toser, estornudar o simplemente hablar y el principal factor de riesgo es la cercanía a una persona que lo padezca. La amigdalitis es más frecuente en los meses de invierno y durante la infancia, dada la exposición frecuente de los niños a los gérmenes, sobre todo en etapa escolar, que fomentan su contagio y propagación.

Dependiendo de si la amigdalitis es causada por un virus o una bacteria, sus síntomas pueden variar. La amigdalitis vírica puede producir inflamación de las amígdalas, dolor de garganta, voz gangosa, úlceras en la boca, fiebre, tos, mucosidad nasal, malestar general.

La amigdalitis causada por una bacteria responde a fiebre más alta (más de 38.5°), malestar general y dolor local más pronunciados, amígdalas con exudación (“placas” blanquecinas) y ganglios del cuello inflamados de forma más llamativa.



La faringo-amigdalitis puede causar complicaciones, sobre todo, en el caso de la amigdalitis crónica. En algunas ocasiones, las amígdalas son tan grandes que dificultan de forma importante la respiración o la deglución, causando trastornos del crecimiento o del sueño.

Tu Otorrinolaringólogo, en función de los síntomas, determinará el tratamiento más adecuado en cada caso. A veces pueden realizarse pruebas específicas, como el exudado faringeo, para determinar si la causa es vírica o bacteriana.

Si es bacteriana y el paciente presenta tres o cuatro de los síntomas clínicos de este tipo de infección, la amigdalitis deberá ser tratada con antibióticos. En las situaciones más graves, cuando la amigdalitis es recurrente, tu otorrinolaringólogo podría indicar una cirugía para extirpar las amígdalas llamada **amigdalectomía**.

En ocasiones la amigdalitis bacteriana se puede complicar en un absceso periamigdalino el cual es una acumulación de pus que si no es tratada a tiempo puede descender a cuello y ocasionar sepsis y obstrucción de la vía aérea.

Por eso, es importante acudir a valoración y se adopten algunas medidas para evitar el contagio, como lavarse bien las manos, no compartir platos, vasos ni cubiertos, además de cubrirse la boca al toser o estornudar.



Dr. Luis Alejandro Sauri Esquiliano

Especialista en Otorrinolaringología y Cirugía de Cabeza y Cuello
Céd. Prof. 8942062- UADY Céd. Esp. 12353368 - UAEM

CEM
CENTRO DE ESPECIALIDADES MÉDICAS
CONSULTORIO 10 PLANTA BAJA
TEL: (999) 920 0088

Calle 60 x Av. Colón, Num. 3298, Centro, Mérida, Yuc.

TORRE MÉDICA PENSIONES
CONSULTORIO 213
(999) 920 7525 EXT. 213

Av. 7 Num. 215-A X 32 y 34, Col. García Ginerés Mérida, Yucatán.

CITAS: (999) 567 5050

URGENCIAS:
(999) 390 2652

 Otorrino en Mérida, Dr. Alejandro Sauri

 @drsauriorl

CÁNCER DE MAMA

PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO OPORTUNO, LA MEJOR ESTRATEGIA

El cáncer de mama es el tipo de cáncer más frecuente en mujeres a nivel mundial, en el 2023, se diagnosticaron 2.3 millones de casos. Este puede presentarse a cualquier edad, sin embargo, la edad promedio de diagnóstico es a los 62 años.

El cáncer de mama es una enfermedad en la cual se encuentran células malignas en la mama, detectadas mediante una biopsia. Aunque este padecimiento puede ocurrir en cualquier mujer, existen ciertos factores que pueden aumentar el riesgo, incluyendo antecedentes familiares, ingesta de alcohol excesiva, fumar y la obesidad.

En etapas tempranas, raramente presentan síntomas, por lo que es importante las revisiones de rutina para una detección precoz. Se recomienda la autoexploración a mujeres a partir de los 18 años, de preferencia al día 7 del ciclo menstrual, una exploración anual con tu médico y realizar mastografía anual a partir de los 40 años.

Si bien, el cáncer de mama puede no presentar síntomas, se recomienda acudir a consultar en caso de presentar cualquiera de estos:

- Detección de nódulo en la mama, a menudo sin dolor.
- Cambio en el tamaño, forma o aspecto de la mama.
- Afección en la piel de la mama (piel de naranja, enrojecimiento).
- Alteraciones en el complejo areola pezón.
- Secreción de líquido sanguinolento por el pezón.

La mastografía sola o en combinación con ultrasonido mamario, puede detectar lesiones muy pequeñas, no palpables en la exploración física, por lo que aumenta el diagnóstico en etapas muy iniciales con el fin de ofrecer tratamientos más conservadores.

En caso de contar con un diagnóstico de cáncer de mama, **es importante acudir con un oncólogo para el adecuado abordaje y manejo.** Una de las cosas más importantes en el cáncer de mama, es la etapa clínica al momento del diagnóstico, por lo que se solicitan estudios para determinar si este se encuentra solo en la mama, si ya hay afección a ganglios o si presenta afección a otros órganos (hígado, pulmón, huesos, entre otros).



El tratamiento para el cáncer de mama depende del subtipo de cáncer y etapa clínica. Sin embargo, en la actualidad existen grandes avances en cuestión al tratamiento.

En el caso de la cirugía, no en todos los casos tiene que realizarse una cirugía radical como lo es la mastectomía, sino se pueden realizar cirugías conservadoras donde solo se extirpa el tumor y se aplican técnicas de cirugía oncológica para la reconstrucción y resultados más estéticos.

Este tipo de tratamientos son realizados por ginecólogos oncólogos. De igual forma, se cuenta con terapias que complementan la cirugía como es la quimioterapia, radioterapia y la inmunoterapia.

El cáncer de mama es uno de los pocos cánceres que cuentan con estudios de tamizaje poco invasivos como es la mastografía y que detectado a tiempo, tiene muy buena respuesta al tratamiento. Por lo que en caso de presentar algún síntoma anormal o una mastografía con algún hallazgo de importancia, es recomendable acudir con un ginecólogo oncólogo para un adecuado abordaje.



Dra. Pamela Martínez Alpizar

GINECOLOGÍA ONCOLÓGICA

Céd. Prof. 8349511- UNIV. ANÁHUAC MAYAB. Céd. Esp. 12076289-UADY. Céd. Sub. 14140430-UNAM.

CITAS: (999) 970 8608

Star Médica CONSULTORIO 408

@drapamela_martinez_alpizar www.drapamelamartinez.com



Con tecnología de vanguardia y un enfoque humano, el cirujano urólogo

Dr. José Aguilar Moreno 🔍
Céd. Prof. 4281280 UADY Céd. Esp. Urología 6323874 UNAM

Ofrece soluciones efectivas para condiciones urológicas complejas.

Agenda tu cita: (999) 611 7430




Dr. Aarón Trujillo
Cardiología Clínica e Intervencionista
Certificado Consejo Mexicano de Cardiología No. 3777.
Céd. Prof. 09072086 - UCC Campus Calasanz -
Céd. Esp. 12425649 - UASLP.

EL CUIDADO DE TU CORAZÓN ES LO QUE NOS UNE

Tel: (999) 993 7044

📍 Cardiólogo Aarón Trujillo
📱 @cardiologoaaarontrujillo
www.cardiologoaaarontrujillo.com

HOSPITAL Star Médica Consult. 521



GYOMEDIC

Prenatal Ginecológica

Planificación Cirugías

Papanicolau Cesáreas

Colposcopia Parto

Manejo VPH

📄 Aceptamos todas las tarjetas sin comisión

🅇 Contamos con área de estacionamiento

Dr. Eduardo Reyes Ginecólogo
Ginecólogo Certificado
CP. UV 8538354 | CE. UADY 13550532

🌐 📱 📷 **gyomedic.mx**
Cuidamos tu salud

📍 Plaza 149, Fracc. Los Héroes, Mérida, Yuc

📞 **999 764 8325**



CIRUGÍA GENERAL Y LAPAROSCOPIA

Dr. Rodrigo Urbina Chapoy

Especialista Certificado por el Consejo Mexicano de Cirugía, Miembro de la Asociación Mexicana de Cirugía General.
Céd. Prof. 3588775 - Univ. Anáhuac
Céd. Esp. 5227648 - UADY

Mis Servicios

- HIGADO Y VIAS BILIARES
- COLECISTECTOMIA ABIERTA
- COLECISTECTOMIA LAPAROSCOPICA
- REFLUJO GASTRO-ESOFAGICO
- HERNIAS
- BIOPSIA INTRA-ABDOMINAL
- QUISTES
- APENDICITIS
- LIPOMAS

TEL: (999) 927 92 00 Ext 1269
CEL: (999) 152 1301

Consultorio 234
📱 @rodrigourbinachapoy
📍 Dr. Rodrigo Urbina Chapoy



PROCEDIMIENTOS OCULOPLÁSTICOS

La oculoplástica es una especialidad de la oftalmología que se concentra en tratar diferentes enfermedades o alteraciones que se localizan en los párpados, la órbita (**huesos que rodean los ojos**) y el aparato lagrimal (**vías lagrimales y glándulas lagrimales**). Se ocupa para corregir o solucionar problemas funcionales o de carácter estético para el adecuado funcionamiento de los ojos.

Los procedimientos oculoplásticos incluyen cirugía, aplicación de toxina botulínica y pequeños procedimientos que se pueden realizar en consultorio o en quirófano utilizando anestesia local aplicada en el sitio directo del problema o anestesia general para procedimientos mayores.

La mayoría de las cirugías o procedimientos no requieren internamiento hospitalario es decir, el paciente puede irse a casa al terminar su atención el mismo día.

Los padecimientos más comunes de los párpados para tratar, se relacionan con la aparición de párpados caídos que dificultan la visión lejana o lectura al presentar exceso de piel.

También cuando los párpados de abajo “caen” de su posición y dejan de cubrir el ojo (se van hacia afuera del ojo) o lo dañan por el contacto con las pestañas (se van hacia adentro del ojo) o cuando se presentan bolsas u ojeras. Además se tratan quistes, lunares, chalaziones y tumores malignos de los párpados.



Otro problema que también se puede tratar son los espasmos del párpado con la aplicación de toxina botulínica, que consisten en el parpadeo frecuente, descontrolado e involuntario.

En cuanto a los problemas de la vía lagrimal que se pueden tratar son los que generan lagrimeo diario e infecciones frecuentes tanto en los adultos como en los niños pequeños que pueden dar lugar al conocido “lagrimal tapado”.

Los problemas de las órbitas incluyen desde padecimientos relacionados con la enfermedad de la tiroides que requieren atención médica o de cirugía junto con el endocrinólogo así como la cirugía para retirar quistes de nacimiento o para reparar fracturas de la órbita por accidentes.

Estos padecimientos son algunos de los cuales se tratan bajo el nombre de procedimientos oculoplásticos y que van enfocados a solucionar problemas estéticos pero sobretodo funcionales de los párpados, vías lagrimales y órbita.

Dra. Guadalupe Canul Estrella

*Cirujano Oftalmólogo, Oculoplástica. Licenciatura como Médico Cirujano.
Especialidad en Oftalmología*

Ced. Prof: 5304004 - UADY Ced. Esp: 7342183 - UNAM

TEL: (999) 920 4320 CEL: (9993) 34 2652

E-mail: conchicanul@hotmail.com

 Ofatlmología Dra. Lupita Canul  @dra.canul

Calle 22 No.201 por Av. Colón y 23 Col. García Ginerés



Efectos de la CÁMARA HIPERBÁRICA en longevidad y salud

La Medicina hiperbárica es una terapia basada en incrementar el nivel de Oxígeno en la sangre (Hiperoxia). El aumento del Oxígeno (O₂) se logra disolviéndolo en el plasma sanguíneo, a presiones atmosféricas superiores a las normales.

- Esta hiperoxigenación rejuvenece, regenera y repara, logrando una gran cantidad de beneficios en los pacientes.
- Se respira oxígeno al 100% por medio de una máscara y se aumenta la presión atmosférica a más de 1.5 atm, de acuerdo a la necesidad de cada paciente.
- Las sesiones en Cámara Hiperbárica pueden aumentar más de 20% la longitud de los telómeros en una población que envejece. Además disminuye el número de células senescentes en un 10-37%.

Se cuenta con dos características clave del proceso de envejecimiento: **Acortamiento de la longitud de los telómeros y senescencia celular.**

BENEFICIOS EN PACIENTES SANOS

Con el tratamiento retrasa el envejecimiento, tiene efecto antioxidante, aumenta la producción de colágeno, aumenta el crecimiento del cabello, disminuye canas, mejora la memoria y la concentración, revitaliza, reduce estrés, agudiza la visión, reduce el insomnio y provoca sueño profundo, mayor energía y vitalidad, se tiene mejor estado de ánimo, efecto antidepresivo, aumenta la energía a nivel celular, acelera la recuperación de lesiones o la recuperación de post cirugía.

BENEFICIOS EN PACIENTES DEPORTISTAS

Mejora el rendimiento, aumenta la energía, recuperación más rápida post entrenamiento, reduce estrés deportivo, acelera curación de lesiones, incrementa el potencial físico, la capacidad de ejercicio y el sistema cardiovascular, reduce la fatiga muscular.



BENEFICIOS EN PACIENTES CON DIABETES

- Mejora y aumenta la producción de insulina por parte del páncreas.
- Mejora el sistema inmunológico el cual es el responsable de defendernos de infecciones y esta deprimido en el paciente con diabetes.
- Mejora la cicatrización la cual esta disminuida en este tipo de pacientes.
- Reduce los daños por parte de las hiperglucemias, de esta forma reduce los efectos secundarios como neuropatías, retinopatías, etc.
- Mejora la circulación y el aporte de oxígeno a todo el cuerpo.
- Mejora la calidad de vida del paciente.
- Acelera la curación y cicatrización de úlceras tanto crónicas como agudas.

El número de sesiones, frecuencias, tiempo de duración, y presión atmosférica de la sesión dependerá de cada caso particular y será determinado por el Dr.

Dr. Juan Ramón Flórez Gómez

Medicina Hiperbárica. Médico funcional.
Medicina Antienvjecimiento UNAM. Experto en
Modulación Hormonal Bioidéntica.

Ced. Prof 3812067 - Universidad del Valle, Cd. de Calí, Colombia

Tel: (999) 2710807

@medicina_estetica_clarece



DÍA MUNDIAL DE LA SALUD MENTAL

Un espacio para concientizar la importancia del autocuidado

Cada 10 de octubre se celebra el Día Mundial de la Salud Mental, con el objetivo general de concientizar sobre los problemas relacionados con la salud mental y movilizar esfuerzos para ayudar a mejorarla. Este año el lema propuesto por la Federación Mundial de la Salud Mental (WFMH por sus siglas en inglés) «Es hora de priorizar la salud mental en el lugar de trabajo».

¿Por qué es importante concientizar sobre la salud mental? La OMS (Organización Mundial de la Salud) define "salud" como un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. *Este día brinda la oportunidad de hablar sobre la salud mental en general, cómo debemos cuidarla y lo importante que es hablar sobre los problemas y buscar ayuda si uno está luchando.*

La buena salud mental es esencial para nuestra salud y bienestar general. Sin embargo, una de cada ocho personas en el mundo padece algún problema de salud mental; Además, cada vez más adolescentes y jóvenes presentan problemas de salud mental. Los trastornos mentales son la principal causa de discapacidad y son responsables de uno de cada seis años vividos con discapacidad.

A lo largo de la vida, múltiples factores individuales, sociales y estructurales pueden combinarse para proteger o disminuir nuestra salud mental. Factores psicológicos y biológicos individuales, como las habilidades emocionales, el abuso de sustancias y la genética, pueden hacer que las personas sean más vulnerables a las afecciones de salud mental.



Por otro lado, la exposición a circunstancias sociales, económicas, políticas y ambientales desfavorables, como la pobreza, la violencia, la desigualdad y la degradación del medio ambiente, también aumenta el riesgo de sufrir trastornos mentales.

Los factores de riesgo pueden manifestarse en todas las etapas de la vida, pero los que ocurren durante los periodos sensibles del desarrollo, especialmente en la primera infancia, son particularmente perjudiciales. Por ejemplo, se sabe que la crianza severa y los castigos físicos perjudican la salud infantil y que el acoso escolar es un importante factor de riesgo de las afecciones de salud mental.

En relación con el tema del 2024, los adultos empleados pasan más tiempo trabajando que haciendo cualquier otra actividad mientras están despiertos.

De muchas maneras, y en el mejor de los casos, el trabajo puede proporcionar un sustento y ser una fuente de significado, propósito y alegría. Sin embargo, para muchas personas, el trabajo está muy lejos de alcanzar su potencial, no mejora sus vidas y perjudica su salud mental y bienestar de maneras que resultan en una angustia excesiva y mala salud mental.

El Día Mundial de la Salud Mental de 2024 destacará varios aspectos de la salud mental en el trabajo, desde las condiciones laborales y la gestión del estrés hasta la importancia de la inclusión social y las prácticas que crean culturas en las que los trabajadores tienen el potencial de contribuir de manera productiva y prosperar.

En este mes de octubre, recuerda que buscar ayuda psiquiátrica es un acto de autocuidado y un paso crucial hacia la mejora de nuestra salud mental.



**DRA.
MARIANA A.
ÁVILA HERRERA**

PSIQUIATRÍA - PSIQUIATRÍA INFANTIL Y DE LA ADOLESCENCIA



CITAS: (999) 593 3924

Céd. prof. 8879662 UNIV. DEL MAYAB
Céd. Esp. 11990050 UNAM
Céd. Sub. 12869148 UNAM

CENIT CONSULTORIO 916

Calle 15 #501 x 18 y 20 Fraccionamiento Altabrisa, Piso 9

 **CLÍNICA LYMPHA** Calle. 28 188J, García Ginerés

alivé

FISIOTERAPIA Y REHABILITACIÓN

CÓMO LA FISIOTERAPIA PUEDE CAMBIAR TU VIDA

Dada sus capacidades para prevenir y rehabilitar el cuerpo ante disfunciones somáticas, *es incuestionable la importancia que tiene la fisioterapia en nuestras vidas*. La fisioterapia no solo se aplica en el terreno quirúrgico, su uso se extiende a otras áreas tales como la ortopedia, el deporte, la salud ocupacional, entre muchas otras más.

Las visitas periódicas a tu fisioterapeuta ayudan a detectar desequilibrios y fortalecer músculos y articulaciones para evitar lesiones, alivia el dolor muscular y articular mediante técnicas manuales y ejercicios terapéuticos.

Cuando se trata de recuperación de lesiones, tu especialista guía la rehabilitación con tratamientos personalizados para sanar adecuadamente y recuperar la movilidad.

Mejora el rendimiento, pues ayuda a optimizar la fuerza, flexibilidad y resistencia para que deportistas y personas activas alcancen sus objetivos. Además, promueve hábitos saludables y una buena postura, asegurando una salud óptima y previniendo futuros problemas.

La fisioterapia no solo se aplica luego de sufrir una lesión, también puede prevenir las. En entornos deportivos y laborales es donde se suelen dar los mayores casos de lesiones y las personas no suelen buscar ayuda médica hasta que la misma pase a una fase donde limite la movilidad.



Es aquí donde interviene la fisioterapia preventiva, ya que la misma no solo busca mitigar las dolencias o molestias causadas por una lesión mínima, sino tratar de prevenirlas.

Casi todo el mundo tiene o experimentará una afección que les impide moverse tan bien como antes. Tu eres quien mejor conoce tu cuerpo, así que cuando sientas que algo anda mal, da el paso correcto y acude con tu Fisioterapeuta de confianza para dar solución a su malestar antes de que se apodere de tu vida.

En Alivé, no solo contamos con las herramientas adecuadas para tratar tu dolor, sino que sabemos cómo utilizarlas de manera efectiva. Cada máquina en nuestras manos se convierte en una aliada para tu recuperación, ayudándote a sentirte mejor y más fuerte.

Además, **contamos con terapias a domicilio**, sabemos que para muchas personas no hay nada más cómodo que su hogar o bien, en ocasiones el mismo malestar hace casi imposible la movilidad; para cualquiera que sea la razón cuenta con nosotros para ayudarte a sanar en donde te encuentres. ¡Gracias por elegirnos!

"Quien ama su vida, cuida su cuerpo"



alivé

FISIOTERAPIA Y REHABILITACIÓN

Resp. San:
LR. Stefany Guadalupe Navarrete Morales
Licenciada en Rehabilitación. Céd. Prof. 11668164 - UADY

Tel: (999) 209 1299

Calle 60 No. 743 cbis por 95 Centro contra
esquina de la gasolinera de los cocos.

f Alivé Fisioterapia @alive_fisioterapia

CÁNCER DE RIÑÓN

Importancia del diagnóstico oportuno

La función principal de los riñones es eliminar el exceso de agua, sal y productos de desecho de la sangre que proviene de todo el cuerpo. Este producto de desecho es lo que conocemos como orina la cual se acumula en el centro de cada riñón en un área llamada pelvis renal y luego sale de los riñones a través de tubos largos y delgados llamados uréteres. Los uréteres conducen a la vejiga donde la orina se almacena hasta que la persona la elimina al orinar.



El cáncer de riñón es una enfermedad en la cual las células del riñón se multiplican sin control pudiendo extenderse a otras partes del cuerpo. El carcinoma de células renales, también conocido como carcinoma de células claras, es el tipo más común de cáncer de riñón el cual se puede encontrar en 9 de cada 10 personas con cáncer renal.

En aproximadamente 10% de los casos, encontramos síntomas como sangre en la orina, dolor en la espalda o una masa palpable en el abdomen.

Aunque el carcinoma de células renales por lo general crece como un solo tumor dentro del riñón, algunas veces se encuentran dos o más tumores en uno o incluso en ambos riñones al mismo tiempo pudiendo crecer y abarcar órganos vecinos.

Las causas que originan el cáncer de riñón son todavía desconocidas, sin embargo, existen factores de riesgo como el consumo de tabaco, la obesidad y la hipertensión arterial que contribuyen a su aparición. El tabaquismo o consumo de cigarro aumenta aproximadamente en un 40% el riesgo de contraer cáncer de riñón.

La presentación clínica del cáncer de riñón es muy variable. *Actualmente, la mayoría de los tumores renales se diagnostican en el transcurso de una revisión médica rutinaria, cuando el tumor todavía no ha provocado ningún síntoma.*

Es muy **importante realizar un diagnóstico oportuno** para lograr mejores resultados con una valoración médica, realizar un ultrasonido y exámenes de rutina.

Existen opciones de tratamiento que incluye cirugía de mínima invasión como laparoscopia o cirugía asistida con robot las cuales logran resultados con heridas pequeñas, menor sangrado y recuperación más rápida respecto a la cirugía abierta.

Es importante saber que hoy es posible retirar el cáncer sin la necesidad de quitar todo el riñón en pacientes con tumores pequeños. En los pacientes con tratamiento oportuno, se consiguen tasas de curación superiores al 90% sin la necesidad de otro tipo de terapia como radioterapia o quimioterapia.

Dr. José Enrique Espinosa

Cirujano urólogo especialista en endourología y laparoscopia. Certificado por el Consejo Nacional Mexicano de Urología.

Céd. Prof. 9239642 UADY Céd. Esp. 13052161 UADY
Certificado CONAMEU: 1847

CLÍNICA DE MÉRIDA. Consultorio 109

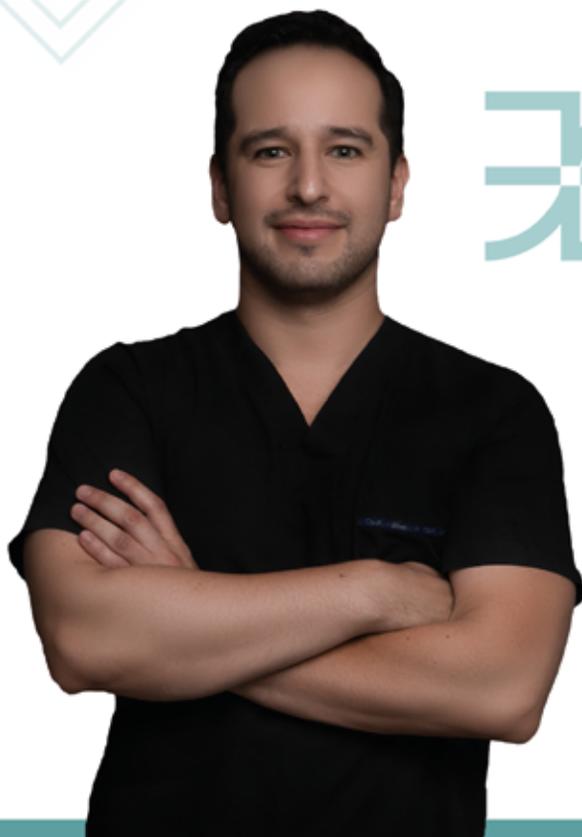
TEL: (999) 164 6639



Dr. José Enrique Espinosa - Urólogo



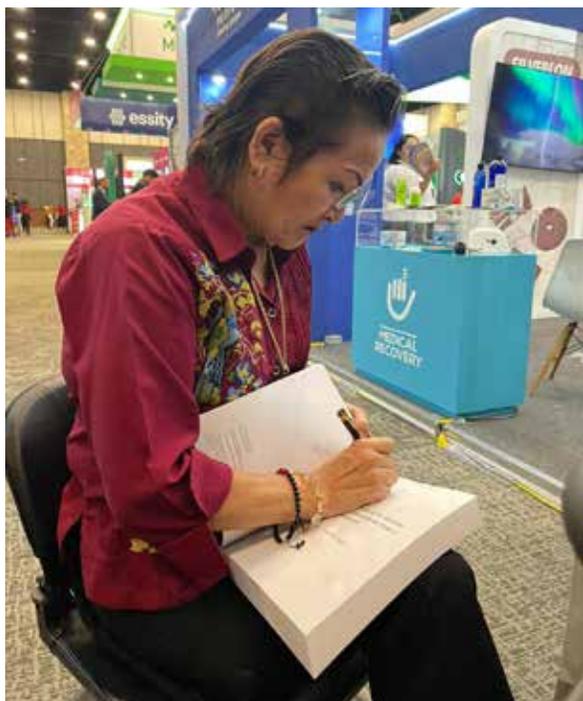
@drespinosa.urologia



El ejemplo de constancia y disciplina

El libro “UNIÓN DE EXPERTOS EN MANEJO AVANZADO DE HERIDAS DE HABLA HISPANA”

Firma de autógrafos



de trayectoria en este mundo y que seguiremos adelante con la Fundación por un México sin heridas para atender a todos los pacientes que no tienen los recursos económicos ni la seguridad social.”

E.T.E. Rosa Icela Ruiz Tapia

“Siempre es de admirar a la gente que elige brillar a pesar de todas las tormentas que han atravesado”

Gracias totales a todas las personas que fueron parte de este éxito.

El cuidado de heridas puede ser un verdadero desafío, tanto para los pacientes como para los profesionales de la salud dedicados a este mundo. Cuando tenemos la guía de colaboradores expertos en el área, dispuestos a compartir todo lo que han aprendido, *se convierten en un pilar fundamental en el desarrollo de nuestras habilidades profesionales y con ello, alcanzar la mejora continua de la asistencia a las personas que así lo requieran.*

Año con año, surgen conceptos nuevos, casos complejos, técnicas innovadoras que crean un universo de posibilidades alentadoras para las personas que llegan a padecer diversos tipos de heridas.

Este libro surge de la necesidad expresada por múltiples profesionales vinculados al mundo de las heridas en sus diversos ámbitos de actuación y es el resultado de la colaboración de destacados expertos en el manejo avanzado de heridas de diferentes países de América Latina y Europa.

“No me queda más que **DECIR GRACIAS** a todos mis alumnos y ex alumnos, a todas las personas que me siguen en esta parte del área de la salud de las heridas; en definitiva a todas las personas que han creído en mí, en estos sorprendentes 25 años



E.T.E. Rosa Icela Ruiz Tapia

Ced. Prof: 1646048 - UNACAR

Cel. 999 125 5277 Servicio a domicilio.

@yosoy_enfermera_en_heridas

PRUEBA GENÉTICA DEL VPH



El virus del papiloma de humano (VPH) es una de las infecciones de transmisión sexual más frecuentes en todo el mundo. Es la principal causa de cáncer cervicouterino. La detección de infección por VPH es una forma de identificar a las mujeres que podrían tener un mayor riesgo de desarrollar cáncer de cuello uterino.

El VPH son un grupo de más de 150 virus relacionados. A cada variedad de VPH se le asigna un número, lo que es llamado tipo de VPH. Los VPH son llamados virus del papiloma debido a que algunos tipos causan papilomas (verrugas) que son tumores no cancerosos.

Sin embargo, se sabe que algunos tipos de VPH causan cáncer, incluyendo cánceres de cuello uterino (la base de la matriz en la parte superior de la vagina), vagina, vulva (el área alrededor del exterior de la vagina), pene, ano y las partes de la boca y la garganta.

La prueba genética del VPH puede detectar la presencia de ADN de estos virus de alto riesgo.

Una prueba de VPH utiliza el mismo método que una prueba de Papanicolaou para obtener una muestra cervical, pero se realiza una prueba diferente en las células que puede determinar si existe o no una infección por VPH de alto riesgo. La prueba no es dolorosa ya que las células se extraen solo de la superficie.

Esta prueba se basa en la tecnología de reacción en cadena de la polimerasa (PCR), que amplifica los genes del VPH para detectar su presencia con mayor precisión.

La prueba de ADN del VPH puede identificar infecciones por VPH de alto riesgo, que son las cepas más propensas a causar cáncer.

A diferencia de la citología tradicional, esta prueba se realiza en las células obtenidas de una muestra cervical y puede determinar si hay una infección activa por VPH de alto riesgo.

Acude a realizarte esta prueba con tu especialista de confianza, es una prueba más segura, sin molestias y además muy rápida.

Recuerda mantenerte informada y cuidar tu salud.

**GINECOLOGÍA,
ONCOLOGÍA GINECOLÓGICA**

Dr. Álvaro Cámara Ayuso

Ginecología / Oncología Ginecológica. Ced. Esp: 0025709 UADY
Especialidad en Ginecología - Institución Sector Salud. Médico certificado por
el Consejo Mexicano de Ginecología y Obstetricia.

ATENCIÓN ESPECIALIZADA EN:

- Cirugía conservadora en caso de Cáncer de mama.
- Cirugía conservadora en lesiones precancerosas del cuello de la matriz.
- Tratamiento de la Menopausia y Osteoporosis.

DETECCIÓN Y TRATAMIENTO OPORTUNO DE:

- Cáncer de Mama.
- Papiloma Humano (VPH).
- Cáncer Cervicouterino.
- Estudios Colposcópicos.

CMA
Centro Médico de las Américas

Edificio 3 Consultorio 2
Tel: (999) 926.61.77
Urgencias: (9999) 47.92.31

Permiso S.S.A. 31AV0042016

LA SALUD ES PRIMERO

Previene y detecta enfermedades a tiempo.



PERM. S.S.A 31Q069Y



Servicio a domicilio
sin costo
(área limitada)

Angel Peraza
LABORATORIOS

Resp. San. Angel Obed Chávez Chan. Ced Prof. 8953986 - UADY

☎ 999 923 4409 / 999 928 4901 ☎ 999 451 4625

@AngelPerazaLab



Dra. Carla Ruby Beylán Vázquez

Especialista en Cirugía General y Laparoscopia.
Certificada por el CMCG.
Ced. Prof. 4450262 BUAP Ced. Esp. 7201764 UADY

EXPERTA EN:

- COLELITIASIS
- APENDICITIS
- HERNIA
- CIRUGÍAS GÁSTRICAS
- CIRUGÍA DE COLON
- HERNIA INGUINAL Y EVENTRACIÓN
- GLÁNDULA SUPRARRENAL
- BAZO
- CIRUGÍA DE URGENCIA
- CIRUGÍA GENERAL Y LAPAROSCÓPICA AVANZADA



CONSULTORIO 319

Calle 7 #215 A, Col. García Ginerés,
Mérida, Yucatán.

INFORMES AL:

TEL. CONSULT.: (999) 762 3024 / (999) 762 3025

CEL: (999) 575 4049

@dra.carlabeylan

📍 Cirugía General, Dra. Carla Ruby Beylán Vazquez

Cirugía ORAL Y MAXILOFACIAL, Cirugía ORTOGNÁTICA, Implantes DENTALES

Dr. Roberto J. Sosa Milke

Facultad de Odontología, Universidad Autónoma de Yucatán. Cirujano Dentista, Centro Médico Nacional la Raza en CD. de México, Cirugía Maxilofacial CMN 20 de Noviembre Cirugía Ortognática.



Servicios y tratamientos:

- Implantes dentales.
- Cirugía de terceros molares.
- Tratamiento en infecciones cervicofaciales.
- Tratamiento en trauma facial.
- Patología oral y maxilofacial.
- Dolor facial.
- Articulación temporomandibular.
- Corrección de anomalías dentofaciales ó cirugía ortognática.
- Labio y paladar hendido.
- Apnea obstructiva del sueño.
- Bichectomía.

Ced. Prof. 3510363 Ced. Esp. 3179426

• Cel: (9992) 42.55.11

• Calle 26 no. 218 B entre 27 y 29
García Ginerés. Tel: 925.10.15

• E-mail: sosa_roberto@hotmail.com



DR IVÁN ARTURO
VELUETA
CIRUJANO URÓLOGO

Especialista en

Endourología y Cirugía Laparoscópica y de Mínima Invasión.

La DETECCIÓN OPORTUNA puede evitar que FORMES PARTE de las estadísticas, PERMÍTEME AYUDARTE en este proceso y mejorar TU CALIDAD DE VIDA.

¡CÚDATE,
HAY PERSONAS QUE TE NECESITAN!

Whatsapp:

☎ (999) 267 0531



Star Médica, Consult. No. 831
Citas: (999) 286 2903

📍 Dr. Iván Arturo Velueta @dr.Ivanarturovelueta
www.veluetaurologo.com dr.Ivanvelueta@gmail.com

Ced. Prof. - UJAT 7186582 Ced. Esp. 12247234 - UADY

¡Atiende la creciente demanda de servicios médicos en Ciudad Caucel!

Contará con 3 niveles de hospital

Preventa de

consultorios

desde **2.7 MDP**



**TORRE 120
OCHENTA**

HOSPITAL CAUCEL

 (999) 161 4800

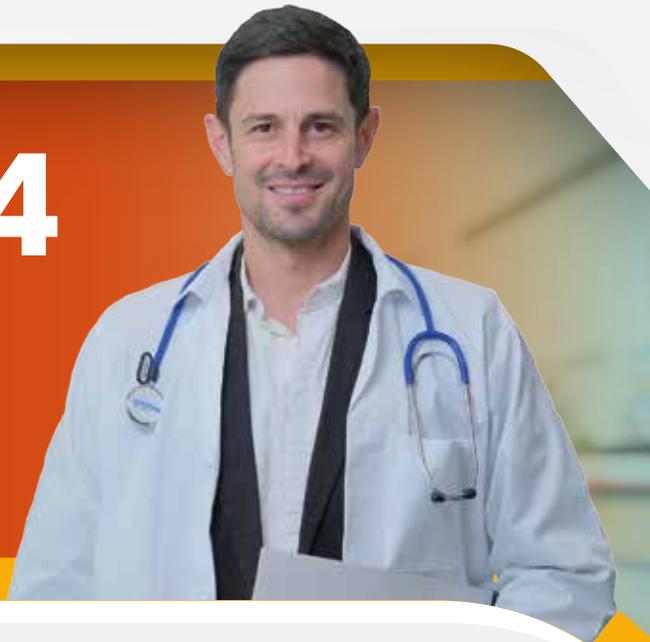
 Torre 120ochenta
Ciudad Caucel

 Torre 120ochenta

 120ochenta.com

OTOÑO 2024

OFERTA ACADÉMICA



CAMPUS SUR
MÉRIDA



INCORPORACIÓN

LOS MIÉRCOLES **2 OCT**

MAESTRÍA EN
**ADMINISTRACIÓN
ESTRATÉGICA
Y DIRECCIÓN**

1 AÑO 8 MESES VIDEO CLASES
EN VIVO

INCORPORACIÓN

2 SÁBADOS AL MES **5 OCT**

MAESTRÍA EN
**ADMINISTRACIÓN
DE HOSPITALES**

2 AÑOS PRESENCIAL
Y VIDEO CLASES EN VIVO

NUEVO PROGRAMA

**DOS FINES DE
SEMANA AL MES** **12 OCT**

ESPECIALIDAD EN
**ENFERMERÍA EN
CUIDADOS
INTENSIVOS**

3 SEMESTRES PRESENCIAL

UN SÁBADO AL MES **12 OCT**

DIPLOMADO EN
**HERIDAS, ESTOMAS,
QUEMADURAS Y
PIE DIABÉTICO**

10 MESES PRESENCIAL

INCORPORACIÓN

**UN FIN DE
SEMANA AL MES** **26 OCT**

MAESTRÍA EN
NUTRICIÓN CLÍNICA

2 AÑOS PRESENCIAL
Y VIDEO CLASES EN VIVO

UN SÁBADO AL MES **26 OCT**

DIPLOMADO EN
**ENFERMERÍA
ONCOLÓGICA**

10 MESES VIDEO CLASES
EN VIVO

**DOS FINES DE
SEMANA AL MES** **26 OCT**

ESPECIALIDAD EN
**ENFERMERÍA
NEFROLÓGICA**

3 SEMESTRES PRESENCIAL

UN DOMINGO AL MES **27 OCT**

DIPLOMADO EN
ODONTOPEDIATRÍA

10 MESES PRESENCIAL

ESCANEA EL
CÓDIGO



Y RECIBE MÁS
INFORMACIÓN
POR WHATSAPP

 **221 593 8932**

CONSULTA NUESTRA OFERTA
ACADÉMICA EN:
www.epmerida.com



Calle 42 #300 X 33
Col. Montes de Amé
Mérida, Yucatán



999 688 5410
999 254 0064
222 948 0240



EP DE MÉXICO CAMPUS MÉRIDA
informes.merida@epdemexico.edu.mx
epdemexico centro

OSWALDO VALENCIA

CLÍNICA INTEGRAL DEL APARATO DIGESTIVO

Ced. Prof. 3175635 INCAN, ASGE

Los miembros de la ASGE se especializan en Endoscopia y Problemas Digestivos
UADY, CONSEJO MEXICANO DE GASTROENTEROLOGÍA, A.C



TENEMOS EL EQUIPO MÁS VANGUARDISTA DEL SURESTE MEXICANO

Contamos con servicio de **FLUOROSCOPIA**
Cirugía de **MÍNIMA INVASIÓN** avanzada del
aparato digestivo, con **EQUIPO 3D.**

Endoscopia Flexible Avanzada:

-Panendoscopia, - Colangiopancreatografía (CPRE),
Colonoscopia.

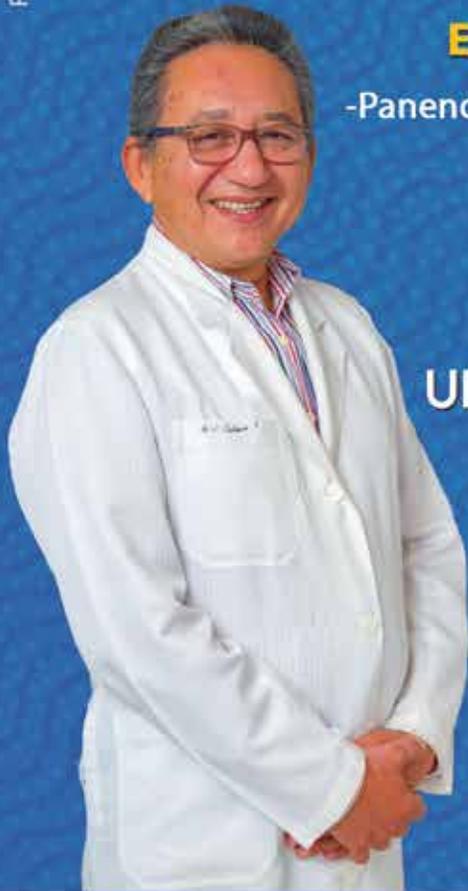
- **Manometría - PHmetría**
- **Cápsula endoscópica**
- **Litotricia de vías biliares.**

ULTRASONIDO ENDOSCÓPICO OLYMPUS PREMIER PLUS

*Cuenta con la más alta definición, dopler a
color y elastografía.*



Permiso S.S.A. 31S008X



Tel: (999) 943 0596 Cel: (999) 582 7202 ☎ Campeche: (981) 813 3566

Anexo CMA, consultorio 20. CENT Hospital Center. Planta Baja, Exterior.

E-mail: valencia.oswaldo@gmail.com www.droswaldovalencia.com   @Dr. Oswaldo Valencia

TENEMOS TODO LO QUE NECESITAS PARA **LA SALUD**



**ABASTECEDOR[®]
HOSPITALARIO**
DEL SURESTE

Siempre dispuestos para atenderte



Con más de **30 años** de ser una empresa líder en la distribución de insumos para la salud **Abastecedor Hospitalario del Sureste** cuenta con los productos de la **más alta calidad de marcas líderes** a nivel mundial. Además te brindamos asesoría e información cuando así lo requieras.



¡Ahora contamos con nueva Sucursal en Ticul!

Te esperamos en:
Calle 26A x 21 y 23 Col. Centro Local 6.

Horario:
Lunes a viernes de 9:00 am a 2:00 pm y de 5:00 pm a 8:00 pm
Sábado de 8:00 am a 2:00 pm
WHATSAPP: 997 116 8722

CENTRO

Calle 69 no.425 A por 46 y 44 Centro
Tel. (999) 924 01 84
Ext. 100 Y 500
HORARIO DE ATENCIÓN:
DE 8 AM A 6 PM
WHATSAPP: 999 350 1045

SUCURSAL CHUMINOPOLIS

Calle 22 no.360 por 57 y 57 A Col. Esperanza
Tel. (999) 924 22 84
Ext. 115 y 117
HORARIO DE ATENCIÓN:
DE 8 AM A 6 PM
WHATSAPP: 999 350 4823

SUCURSAL COL. MÉXICO

Calle 21 no.194 por 16 y 18 Col. México Oriente Local no. 4
Tel. (999) 926 41 41
HORARIO DE ATENCIÓN:
DE 9 AM A 6 PM
WHATSAPP: 999 448 5307

SUCURSAL FCO. DE MONTEJO

Calle 7 no. 337 Xcumpich Local no. 8 Interplaza
Tel. (999) 195 28 91
HORARIO DE ATENCIÓN:
DE 9 AM A 6 PM
WHATSAPP: 999 103 5333

TIENDA VILLAS DEL RÍO

Calle Río Champotón no.3 Fracc. Villas del Río Campeche, Campeche
Tel. (9818) 11 3542
y (9818) 11 0605
HORARIO DE ATENCIÓN:
DE 9 AM A 5 PM
WHATSAPP: 999 350 1046

TIENDA ESPECIALIDADES

Ave. José López Portillo no. 345 entre Prolongación Lázaro Cárdenas y calle del Real Fracc. Sector Las Flores Campeche, Campeche
Tel. (9816) 88 7596
HORARIO DE ATENCIÓN:
DE 9 AM A 6 PM
WHATSAPP: 981 206 6262

TODAS NUESTRAS SUCURSALES EN MÉRIDA ABREN SÁBADO DE 8 AM A 2 PM

SUCURSALES EN CAMPECHE ABREN SÁBADO DE 9 AM A 2 PM