

# Salud & Vida

YUCATÁN-CAMPECHE

EJEMPLAR GRATIS

EN PORTADA:

## **Dra. Stephanie León Bolaños**

Cirujano Dentista, Especialista en  
Endodoncia y Odontopediatría en  
The White Loft

PRESENTA:

**¿Por qué es tan importante  
la salud bucal de la  
MUJER EMBARAZADA?**



ABRIL 2023. AÑO 15

**Aumento de  
GLÚTEOS**

*Dr. Carlos Marengo*

**MATERNIDAD SIN CULPA**  
El mejor regalo para la infancia  
Parte 1

*Psic. Gabriela Santaella Morales*

**Cirugías en  
URO-GINECOLOGÍA**

*Dr. Humberto José Palomo Pinto*



Disfruta los beneficios de ser *Premium*

Salud, calidad y precio en Equilibrio



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

**3** beneficios que puedes ganar

*¡Siempre cuidando tu bolsillo!*



- 1%** Reflejado en tarjeta de *Cliente Premium*
- 1%** Al pagar con **Transferencia bancaria**  
Pago en una sola exhibición
- 3** **Meses sin intereses** mínimo de compra **\$7,000.00\***

Surte tu farmacia y llévate tus productos favoritos a precios competitivos.

## eQ-Fácil

Tu tienda en línea



\*3 meses sin intereses en toda la tienda - Consulta tarjetas participantes

## Visita nuestras sucursales

### Cancún

Av. José Lopez Portillo No. 7, Mz. 3, SpMz. 66, Cancún, Benito Juárez, Quintana Roo, C.P. 77510  
Tel. (998) 884 0424  
(998) 310 3291

### Mérida

Calle 65 No. 424 Local 6 y 7, Col. Centro, Mérida, Yucatán, C.P. 97000  
Tel. (999) 923 0402  
(999) 461 6411

### Playa del Carmen

Av. Constituyentes, Lt. 19 Nte., Mz. 113, Fracc. Gonzalo Guerrero, Playa Del Carmen, Quintana Roo, C.P. 77710  
Tel. (984) 803 3403  
(984) 107 5218

### Tizimín

Calle 52, No. 417, Local 1,2,3 y 4, Col. Centro, Tizimín Yucatán, C.P. 97700  
Tel. (986) 863 2473

### Campeche

Calle 57 No. 41 entre 14 y 16, Centro, San Francisco de Campeche, Campeche, C.P. 24000  
Tel. (981) 127 1466

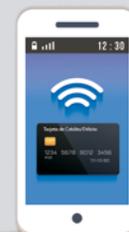
### Chetumal

Av. Belice, Esq. San Salvador No. 262, Col. David Gustavo, Othón P. Blanco, Chetumal, Quintana Roo, C.P. 77011  
Tel. (983) 129 1812

### Valladolid

Calle 42 No. 219, Loc- 6,7 Y 8, Col. San Juan, Valladolid, Yucatán, C.P. 97780  
Tel. (985) 856 2225

## ¡Ya aceptamos pago con tarjeta!



Compra en [www.eqfacil.com.mx](http://www.eqfacil.com.mx)

## EQUIPO EDITORIAL

•Lic. José Luis Preciado

*Director General*

•LAE. Pilar Ortiz

*Directora Comercial*

•Ing. en TI. Alfonso de Jesús Ruiz Hernández

*Diseño y Publicidad*

•Edith Gruber

*Coordinadora de Distribución*

•Ximena López

*Coordinadora de Ventas*

COLABORADORES

•Alfredo Pascual  
•Lic. Stephany Alejandra Palacios Martínez



"Los niños son mensajes vivientes que enviamos al futuro."  
30 de Abril. Día del niño y la niña.

¡CONTÁCTANOS!

Revista salud y vida

@revista\_saludyvidamx

Teléfonos:

(999) 900 0298

(999) 133 4536

[www.revistasaludyvida.com.mx](http://www.revistasaludyvida.com.mx)

[revistasaludyvida@hotmail.com](mailto: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 © 2023.



# ¿PARA QUÉ NECESITO UN MÉDICO RADIÓLOGO?



El Médico Radiólogo es un médico que cursó con la especialización en imagenología diagnóstica y terapéutica, y es el encargado de la interpretación de las imágenes médicas como pueden ser radiografías, ultrasonidos, mastografías, tomografías y resonancias magnéticas.

En algunas ocasiones los médicos clínicos utilizan estas herramientas diagnósticas para reducir, confirmar o demostrar diagnósticos sospechados.

Por tanto es importante la comunicación entre médicos referentes y médicos radiólogos para poder ofrecer a los pacientes el mejor diagnóstico posible.

En Sankel ultrasonido brindamos una atención de calidad en un ambiente pensado en tu comodidad, además de contar con un médico radiólogo con alta especialidad en Doppler.



En caso de necesitar un estudio de ultrasonido, acude con nosotros a plaza san Juanistas local 3, en donde recibirás una atención enfocada en ti como paciente, al mejor precio del mercado y con el objetivo de complementar la información que se requiere para llegar a un diagnóstico certero.

**DURANTE EL MES DE ABRIL PREGUNTA  
POR NUESTROS DESCUENTOS ESPECIALES  
MENCIONANDO QUE NOS ENCONTRASTE EN LA  
REVISTA SALUD Y VIDA.**

Plaza San Juanistas, local 3,  
Fracc. Campestre, Mérida.

(999) 324 6962

Doctoralía: Dr. Santiago Buendía

Sankel Ultrasonido

@Sankelultrasonido

Resp. Sanitario: Dr. Santiago Buendía Cal.

Ced. Prof. 12038598.

# PIEDRAS EN LAS VÍAS URINARIAS



La litiasis renal o urolitiasis es una enfermedad caracterizada por la aparición de cálculos en el aparato urinario superior. Consiste en la presencia de componentes de la orina en fase sólida en el aparato urinario. Esos componentes en fase sólida reciben el nombre de cálculos renales. A menudo, los cálculos se forman cuando la orina se concentra permitiendo que los minerales cristalicen, se unan y adhieran entre ellos formando un núcleo. Poco a poco y sobre este núcleo se siguen sumando cristales.

Existen diferentes tipos de cálculos renales, los más comunes contienen calcio como elemento principal. No todos son iguales en su formación ni su tratamiento, por eso es importante el estudio de los cálculos renales, ya que por medio de dichos estudios podemos saber su composición y el porqué de su formación.

La salida de los cálculos renales puede ser bastante dolorosa, generalmente no causan daño permanente si se reconocen y se tratan de manera oportuna.

## ¿Cuáles son los síntomas de la litiasis renal?

**Las formas de presentación clínica de la litiasis renal son variables dependiendo del tamaño, localización y composición de los cálculos en el aparato urinario:**

- **Cólico nefrítico:** Dolor muy intenso, que se produce por la obstrucción de la salida de orina del riñón, aparece en la zona lumbar y se irradia hacia el abdomen anterior y los genitales. Es un dolor intermitente, inquietante, que se asocia a náuseas, vómitos y sudoración. Puede llegar a dar fiebre.
- **Hematuria:** Es la aparición de sangre en la orina, puede ser visible a simple vista o no. Se origina por las lesiones que produce el cálculo en su paso por la vía urinaria.
- **Infecciones de orina:** Los cálculos renales pueden ser causa o consecuencia de infecciones frecuentes de la orina.

**El diagnóstico de la litiasis renal se realiza por los síntomas clínicos y el análisis de la orina.** La situación, tamaño y repercusión del cálculo se valoran con métodos de imagen: Ecografía, radiografía simple de abdomen y TAC de abdomen. La composición de los cálculos expulsados se realiza mediante análisis específicos.

El 80% de los cálculos situados en el uréter se expulsan espontáneamente en las primeras 3 ó 4 semanas, dependiendo de su tamaño y localización. Cualquier cálculo no expulsado en 1 ó 2 meses suele requerir actuación terapéutica. Actualmente, la mayoría de los cálculos pueden eliminarse mediante procedimientos mínimamente invasivos.

Varias medidas dietéticas generales pueden permitir un mejor control de la enfermedad litiasica, como el incremento en la ingesta de líquidos, preferentemente agua (la primera y más simple de las medidas para prevenir la enfermedad litiasica), seguir una dieta no superior a 2.000 Kcal, consumir poca sal, limitando las proteínas animales, los azúcares y el alcohol.



## DR. JOSÉ MANUEL MICHEL RAMÍREZ

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

**f** Dr. José Manuel Michel Urólogo en Mérida @drjmicheluro

**ig** Dr. Michel Urólogo @drmichelurologo  
Email: dr.micheluro@gmail.com  
Celular: (333) 468 6342  
www.drmichelurologo.com

## EME RED HOSPITALARIA

Consult. 205 Av. Pérez Ponce 496 x 56 y 56-A  
Zona Paseo Montejo, Centro.  
Tel: (999) 927 9200 Ext. 1261.

# Hernia Umbilical



Se presenta cuando el recubrimiento abdominal sobresale a través de los músculos cercanos al ombligo, provocando una protuberancia. Una hernia se puede desarrollar durante los primeros meses de vida de un bebé a causa de una debilidad en los músculos del abdomen. Las hernias inguinales y umbilicales se producen por motivos levemente diferentes.

### *Las hernias se producen más a menudo en los bebés que tienen uno o más de los siguientes factores de riesgo:*

- Un padre, madre o hermano que tuvo una hernia cuando era bebé.
- Fibrosis quística.
- Displasia del desarrollo de la cadera.
- Testículos que no descendieron.
- Anomalías de la uretra.

Una hernia umbilical también puede desarrollarse en adultos, especialmente si tienen sobrepeso, levantan objetos pesados o padecen tos crónica. Las mujeres que han tenido embarazos múltiples tienen un mayor riesgo de desarrollar una hernia umbilical.

### *Las causas de la hernia umbilical son diferentes según la edad de la persona:*

**En bebés:** A medida que el feto se desarrolla en el útero, se forma una pequeña abertura en los músculos abdominales. Esta abertura permite que pase el cordón umbilical y conecte a la mujer embarazada con su bebé. Al momento del nacimiento o poco después esta abertura debe cerrarse, si esto no sucede por completo el tejido graso o parte del intestino puede sobresalir causando una hernia umbilical. Para la mayoría de los bebés la hernia se cierra sin tratamiento hacia los 12 meses.

**Adultos:** Si hay demasiada presión sobre la pared abdominal, el tejido graso o una parte del intestino pueden atravesar una sección débil del músculo abdominal.

### *Se puede someter a cirugía si:*

- La hernia sale después de que el niño tiene 1 o 2 años.
- El niño todavía tiene el bulto a los 4 años.
- Los intestinos están dentro del saco herniario, lo que previene o reduce el movimiento intestinal.
- Una hernia queda atrapada.

En adultos es recomendable la cirugía cuando la hernia umbilical produce muchas molestias y ha crecido de tamaño, por lo que suele realizarse una hernioplastia, que consiste en colocar una malla de refuerzo a fin de evitar que vuelva a abrirse.

Los riesgos de una cirugía de hernia umbilical son bajos a menos que presente otros padecimientos secundarios.



### **Dr. Iván Nájera Ayuso**

Cirugía General y Laparoscópica  
Ced. Prof. 6805022 UADY  
Ced. Esp. 9239740 UADY

Cel: **(999) 503 8555**

Calle 63 no. 539 y 541 x 70 y 72  
Santiago Centro.

 Clínica Santiago

 @drivannajeraayuso



# RIÑONES POLIQUÍSTICOS



La enfermedad renal poliquística es un trastorno hereditario en el que se desarrollan grupos de quistes principalmente dentro de los riñones, lo que hace que estos se agranden y pierdan su función con el tiempo.

Los quistes son sacos redondos no cancerosos que contienen líquido, varían en tamaño y pueden hacerse muy grandes. También es posible que se desarrollen quistes en el hígado y en otras partes del cuerpo. La enfermedad puede causar complicaciones graves, como la hipertensión arterial y la insuficiencia renal.

### **Los síntomas de la enfermedad renal poliquística son los siguientes:**

- Presión arterial alta.
- Dolor de espalda o en el costado.
- Sangre en la orina.
- Aumento del tamaño del abdomen debido al aumento de tamaño de los riñones.
- Dolores de cabeza.
- Cálculos renales.
- Insuficiencia renal e infecciones en las vías urinarias o en los riñones.

Los genes anormales causan dicho padecimiento, lo que significa que en la mayoría de los casos la enfermedad es hereditaria. **Por lo cual es importante descartar en los demás miembros de la familia este padecimiento.** A veces, una mutación genética se produce por sí sola (espontánea), de modo que ninguno de los padres tiene una copia del gen mutado.

### **Los dos tipos principales de enfermedad renal poliquística causados por diferentes defectos genéticos son:**

• **Enfermedad poliquística renal autosómica dominante (EPRAD):** Los signos y los síntomas a menudo se desarrollan entre los 30 y 40 años de edad. En el pasado, este tipo se llamaba enfermedad renal poliquística en adultos, pero los niños pueden desarrollar el trastorno.

• **Enfermedad poliquística renal autosómica recesiva (EPRAR):** Este tipo es mucho menos común. Los signos y síntomas suelen aparecer poco después del nacimiento. En ocasiones, los síntomas no aparecen hasta después en la niñez o durante la adolescencia.

El tratamiento depende del estado de gravedad del paciente, consiste en tomar medicamentos para controlar la presión arterial, analgésicos y extirpar el quiste. Puede ser necesario hacer un trasplante de riñón. Algunas complicaciones son prevenibles, los cambios en el estilo de vida y los tratamientos pueden ayudar a reducir el daño en los riñones que se genere por complicaciones.



### **Dra. Vanessa Lerma Sánchez**

Especialidad en Nefrología y Alta especialidad en Trasplante Renal.

Ced. Prof. 8944263 Ced. Esp. 12127574

Citas: (999) 921 4908 / (999) 528 3236

Consult. 912 Hospital Faro del Mayab.

Hospital Centro Médico de las Américas.

 @VanessaLerma17  @dra.Vanessalerma

# ¿PÉRDIDA AUDITIVA?

**VEN A AUDIOFON, NOSOTROS TE AYUDAMOS**



La pérdida de la audición que aparece gradualmente a medida que envejeces (presbiacusia) es frecuente. Aproximadamente, un tercio de las personas en latinoamérica, entre los 65 y los 75 años de edad tienen cierto grado de pérdida de audición. En el caso de las personas mayores de 75 años, la cantidad es de casi 1 en 2.

El envejecimiento y la exposición crónica a ruidos fuertes contribuyen ambos a la pérdida de audición. Otros factores, como el exceso de cerumen, pueden reducir temporalmente la capacidad de los oídos de conducir los sonidos.

La mayoría de los tipos de pérdida de la audición son irreversibles. Sin embargo, el médico o el especialista en audición y tú pueden tomar algunas medidas para mejorar la audición.

**Los signos y síntomas de la pérdida de audición pueden ser los siguientes:**

- Intolerancia a algunos tonos o ruidos.
- Dificultad para comprender palabras, en especial, cuando hay ruido de fondo o en una multitud.
- Problema para oír las consonantes.
- Pedirles frecuentemente a los demás que hablen más lento, con mayor claridad y más alto.
- Necesidad de subir el volumen de la televisión o de la radio.
- Abstenerse de participar en las conversaciones.
- Evitar algunos entornos sociales.

Si tiene una pérdida de audición repentina, en particular, en un oído, busque atención médica inmediata. Una vez realizado su diagnóstico puede acudir con nosotros ya que podemos ayudarle con la pérdida de audición si se debe a un daño en el oído interno, pues puede usar un audífono.

Un especialista en audición puede analizar con usted los posibles beneficios de usar un audífono y colocárselo.

En Audiofon contamos con precios accesibles y diferentes formas de pago para que esto no sea un obstáculo en la recuperación de tu audición. Nuestros productos son de tecnología 100% digital y se adaptan perfectamente a las necesidades de los pacientes.

**¡PROMOCIONES ESPECIALES DEL MES DE ABRIL!**

**Examen Auditivo SIN COSTO.**

**DESCUENTOS DEL 30% MÁS 12 MESES SIN INTERESES CON TARJETAS PARTICIPANTES.**  
*\*Aplican Restricciones. Válido durante Abril 2023.*

**ESPECIALISTAS EN AUDIOPROTESIS**  
*Atención a todas las edades & english speakers*  
Resp. Sanitario: Dra. Mercy Elizabeth Sánchez Soberanis. Ced. Prof: 9558453

**María Gpe. Soberanis**  
Técnico Audioprotesista

**Rosa I. Zapata**  
Técnico Audioprotesista

**AUDIOFON**  
CUIDADO AUDITIVO

**Audiophon**  
@Audiofonmid

**AGENDA TU CITA**  
☎ 999 725 0118 📞 999 450 1424

📍 Circuito Colonias #130 esq. Prol. Paseo Montejo, Plaza Montejo, local 13, frente Glorieta de la Paz

• **AUDIOMETRÍAS**  
• **VENTA Y POSVENTA DE AUXILIARES AUDITIVOS**  
• **MANTENIMIENTO**  
• **REPARACIÓN O LIMPIEZA**  
• **ACCESORIOS Y PILAS**

# MATERNIDAD SIN CULPA

## El mejor regalo para la infancia

### Parte 1



Por muchos años se pensaba que la relación de una madre con su bebé aún en el vientre no tenía mucho significado. A pesar de las experiencias que muchas madres han contado acerca de una conexión especial con sus hijos desde el momento de la concepción, nos hemos mantenido escépticos a ello. Para la mayoría de las personas es más lógico pensar que una mujer es madre justo cuando su bebé nace. **No antes, no después... justo y sólo en ese momento se convierte repentinamente en madre.**

Hoy en día la ciencia ha podido demostrar cambios en el organismo de las madres, sus células se modifican desde los primeros momentos del embarazo. Células madre del recién nacido han sido halladas en órganos vitales de la madre, incluso en la cicatriz de partos por cesárea. Podríamos concluir que la comunicación de ese bebé en formación y su madre es tan estrecha que su organismo se adapta a sus necesidades según el pasar de los meses a fin de preservar su vida.

**¿Seré una buena mamá?** La gran pregunta que muchas mujeres gritan en silencio cuando la hora del parto se acerca. Es parte de su neurobiología,



estos pensamientos son el resultado de todos los cambios internos que han llevado a ese organismo de mujer a convertirse en un cuerpo de madre. Por tanto, el que una madre comience a preocuparse de pronto por cuestiones relacionadas con su bebé, es causado por una lluvia hormonal que produce cambios emocionales y una sensibilidad única en la madre con el fin de prepararla para recibir a un ser indefenso que dependerá de sus cuidados 24 horas al día.

No deja de admirarme lo perfecta que es la condición de una mujer durante el desarrollo de su maternidad. Su cuerpo cambia, sus órganos cambian, sus células cambian y su esencia también cambia. Es un ser en perfecto estado que se prepara para gestar a otro ser que se forma parte por parte dentro de su cuerpo.

El embarazo entonces con todo y sus cambios físicos, también es un momento de alta vulnerabilidad emocional para toda madre. Un clima de tranquilidad, aceptación, oportunidades, atenciones, amor y seguridad darán a la madre las piezas faltantes tan necesarias para transitar un embarazo consciente y en calma. Un embarazo que transitado con seguridad llevará a estas madres a sentir autoconfianza en el parto y la llegada de sus hijos.

El parto es una experiencia única y trascendental en la vida de toda madre y dependerá mucho de la vivencia de ese alumbramiento asegurar y facilitar la relación de esa madre con su recién nacido.



**Gabby Santaella**  
psiconatal

#### **PSIC. GABRIELA SANTAELLA MORALES**

Psicóloga Perinatal, Psicoterapeuta Sistémica Familiar, Especialista en Infancia, Especialista en Educación Perinatal, LAMAZE Certificate Childbirth Educator, Doula de Posparto, Instructora de Hipnosis Blissborn para el Parto. Certificada como Acompañante de Parto en Agua por Bárbara Harper. Educadora en Masaje Infantil IAIM.

Céd. Prof. 3015938 Céd. Esp. 7464050

Citas: (999) 269 0328

Consult. en Calle 21 no. 578 por 24 y 28  
Col. Maya.

Atención Presencial y Online

 @gabbysantaellapsiconatal

 Gabby Santaella

# ¡Su ORTOPEDISTA de CONFIANZA!

ORTOPEDIA Y TRAUMATOLOGÍA

Ced. Esp. 8111184. UADY

*Dr. Carlos Benítez*



## Atención especializada en:

- Fracturas con y sin cirugía
- Lesiones de músculos y tendones
- Esguinces y golpes
- Desgaste de rodillas
- Desgaste de caderas
- Dolor de espalda baja (lumbalgia, ciática)
- Cirugía mínima invasiva
- Atención a problemas en niños

### CITAS:

(999) 926 2948  
(999) 926 0285  
(999) 926 0924

Edificio Platino (a un costado del CMA) Av. Pérez Ponce #494-C por 54 y 56 Col. Centro. Consultorio 13-A  
[www.ortopedistacarlosbenitez.com](http://www.ortopedistacarlosbenitez.com)

Afiliado al: **CMA**  
Centro Médico de las Américas



EDIFICIO PLATINO

[@drcarlosbenitezortopedista](https://www.instagram.com/drcarlosbenitezortopedista)  
[carlosbenitez.ortopedista](https://www.instagram.com/carlosbenitez.ortopedista)

# Especialidad en MEDICINA INTERNA

*Enfocados en la atención integral del adulto, así como del diagnóstico, tratamiento y prevención de las enfermedades.*

DRA. PRISCILA



SÁNCHEZ  
Céd. Esp. 10342006

La Medicina Interna atiende problemas del:

- Sistema respiratorio.
- Sistema nervioso central.
- Sistema cardiovascular.
- Aparato genitourinario.
- Aparato digestivo.
- Diabetes, hipertensión, dislipidemia.



### AGENDA:



Citas: **9999 45.77.08**

Cel: 9993 65.02.13

Consultorio en UME

Unidad Médica de Especialistas

[@dra.priscilasanchezmendieta](https://www.instagram.com/dra.priscilasanchezmendieta)

[f Dra. Cynthia Priscila Sánchez Mendieta](https://www.facebook.com/Dra.CynthiaPriscilaSánchezMendieta)

# OFTALMOLOGÍA Y OCULOPLASTIA

*Dra. Guadalupe Concepción Canul Estrella*

CIRUJANO OFTALMÓLOGO, OCULOPLÁSTICA.  
CED. ESP. 5304004. CED. PROF. 7342183.

### AGENDA TU CITA

[☎ 999 920 4320](tel:9999204320)

[☎ 999 334 2652](tel:9993342652)

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



[@dra.canul](https://www.instagram.com/@dra.canul)

[f Ofatmología Dra. Lupita Canul](https://www.facebook.com/OfatmologiaDra.LupitaCanul)

# UROLOGÍA EN MANOS EXPERTAS



[☎ \(999\) 611 7430](tel:9996117430)

Hospital Star Médica Altabrisa  
Consultorio 724

✓ Cirugía Urológica de mínima invasión

✓ Piedras en los riñones  
Litiasis urinaria

✓ Endourología y Laparoscopia Urológica

✓ Vasectomía y circuncisión láser

**URA**  
[www.urologiadelsureste.net](http://www.urologiadelsureste.net)

Cirujano Urólogo  
**Dr. José A. Aguilar Moreno**

Céd. Prof. 4281280 | Céd. Esp. Urología 6323674



# Dolor Mamario

## MASTALGIA



La mastalgia es conocida comúnmente como “Dolor de mamas”, afecta a la mayoría de las mujeres en algún momento de sus vidas. Muchas temen que el dolor y la sensibilidad sean signos tempranos de cáncer de mama pero generalmente no es así.

### Existen dos tipos principales de Mastalgia:

- **El dolor cíclico:** Está relacionado con el ciclo menstrual y ocurre mensualmente debido a cambios hormonales.
- **El dolor no cíclico:** Puede venir del seno o de algún otro lugar, como cerca de los músculos o articulaciones y se puede sentir en el seno.

En general, la mastalgia puede estar relacionada con diversos factores dependiendo de la situación de la mujer.

### Algunas de las causas del dolor en los senos son las siguientes:

- **Cambios hormonales:** Son ocasionados por la variación en el nivel de estrógeno y progesterona durante el ciclo menstrual, lo que muchas veces ocasiona que los senos se sientan hinchados, abultados y adoloridos.
- **Embarazo:** Debido a las fluctuaciones hormonales que desencadena el embarazo.
- **Quistes:** A medida que la mujer envejece, sus senos experimentan cambios conocidos como involución. En este proceso el tejido mamario se sustituye por grasa, lo que puede provocar el desarrollo de quistes.

- **Dieta:** Las mujeres que tienen una dieta alta en grasa y carbohidratos tienen mayor posibilidad de sufrir dolor en los senos.
- **Fumar:** El tabaquismo aumenta los niveles de epinefrina en el tejido mamario, por lo que las mujeres fumadoras son más susceptibles a sufrir este dolor.
- **Medicamentos:** La ingesta de algunos medicamentos como los antidepresivos u hormonas pueden ocasionar dolor en los pechos.

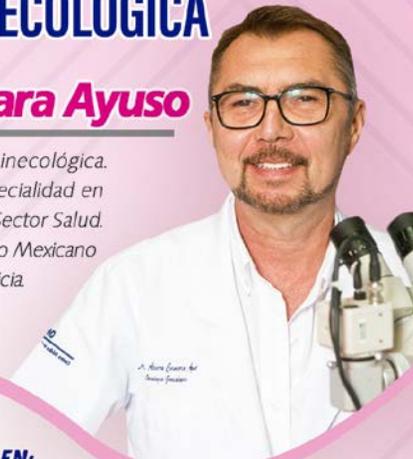
No es habitual que el cáncer de mama cause dolor de seno y el tener dolor o quistes no significa que haya más posibilidad de contraer cáncer. Sin embargo, esto puede dificultar la detección temprana.

Si el dolor es persistente, localizado y/o se producen abultamientos, es necesario acudir con un especialista, el cual puede recomendar una Mamografía, Ultrasonido, Resonancia Magnética o Biopsia.

## GINECO-OBSTETRICIA, ONCOLOGÍA GINECOLÓGICA

### Dr. Álvaro Cámara Ayuso

Gineco-Obstetra/Oncología Ginecológica.  
Ced. Esp: 0025709 UADY. Especialidad en Gineco-Obstetricia. 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.

Permiso S.S.A. 31AV0042016

Edificio 3 Consultorio 2  
Tel: (999) 926 6177  
Urgencias: (999) 947 9231

**CMA**  
Centro Médico de las Américas



PERM. S.S.A. 310068Y

**Angel Peraza**  
LABORATORIOS

**SERVICIO A DOMICILIO  
SIN COSTO EXTRA**

**LA SALUD  
ES PRIMERO**

*Recuerda no dejar para mañana lo que puedes prevenir hoy.*

Agenda tu próximo estudio

☎ Matriz fijo: (999) 923 4409 ☎  
☎ Llamadas : (999) 451 4625 ☎  
f @ AngelPerazaLab  
ESCANEA EL CÓDIGO Y AGENDA UNA CITA

Resp. san. Ángel Obed Chávez Chan. Ced. Prof. 8953986

**Dr. Rodolfo Aparicio Ponce**

**HERNIA CLINIC**  
MÉXICO

**Especialidad en Cirugía General,  
Laparoscópica y Bariátrica.**  
Céd. Prof. 3637922 Céd. Esp. 5212389

- Cirugía de vesícula biliar.
- Cirugía de reflujo.
- Cirugía de hernia inguinal.
- Cirugía general.
- Cirugía laparoscópica.
- Cirugía de hernia y pared abdominal.

Calle 15  
por 22 no. 491  
Consult. 303  
Col. Altabrisa Mérida  
Tel. (999) 196 0827  
y (999) 186 9741  
[www.herniaclinicmexico.com.mx](http://www.herniaclinicmexico.com.mx)  
f @drrodolfoaparcio  
i @herniaclinicmexico

Atención a niños  
a partir de 10  
años de edad.  
English spoken  
100% fluent

Arquitectura e Interiorismo

**Boylan**

Atelier arquitectónico



Cotice con nosotros.  
¡Contamos con atractivos  
paquetes de diseño!

Expertos en diseño e interiorismo de consultorios y unidades de salud  
apegados a los requerimientos de COFEPRIS y maximizando su potencial.

Arquitecto Rodrigo Boylan  
+52 9992337082

Nuestros trabajos

# ¿QUÉ ES EL CÁNCER DE COLON?

## La importancia de prevenirlo a tiempo



Esta patología comienza en el intestino grueso (colon), regularmente empieza con el crecimiento de tejido o un tumor al que se le llama pólipo no canceroso, el cual puede comenzar a crecer en el espesor de la pared del colon o del recto y al paso del tiempo volverse canceroso. La posibilidad de padecer este tipo de cáncer es mayor en las personas adultas (después de los 50 años de edad).

### Tipos de cáncer de colon:

- **Adenocarcinoma:** Son las células que recubren la superficie interna del colon.
- **Tumores carcinoides:** Tumor canceroso de crecimiento lento que se forma en el revestimiento del tubo gastrointestinal.
- **Linfoma:** Es el cáncer del sistema inmunitario que puede comenzar en el colon.
- **Cáncer de colon hereditario:** En él se estima que entre el 5 y 10% de los casos son hereditarios.

### En su etapa inicial no muestra síntomas pero en un estado más avanzado se presenta:

- Cambio en los hábitos de evacuación, como es la diarrea.
- Estreñimiento o reducción del diámetro de las heces por varios días.
- Sensación de que se necesita defecar y que no desaparece después de hacerlo.
- Sangrado rectal, color del excremento oscuro o sangre fresca en las heces.
- Cólicos o dolor abdominal, debilidad y cansancio.
- Pérdida inexplicable de peso.



Las etapas del cáncer de colon se indican mediante números romanos que van del 0 al IV. En las etapas más bajas, el cáncer se limita al revestimiento del interior del colon. Cuando alcanza la etapa IV, el cáncer se considera avanzado y se ha diseminado (ha hecho metástasis) a otras áreas del cuerpo.

Ante los pocos o nulos síntomas del cáncer de colon en sus primeras etapas, la detección temprana resulta difícil.

### Dentro de las pruebas de diagnóstico se encuentran:

- **Inmunoquímica:** Se trata de un método de laboratorio que se utiliza para encontrar sangre oculta en heces.
- **El enema de bario:** Prueba de diagnóstico por radiografía que permite ver el colon y el recto.
- **La endoscopia rectal:** Es una prueba que le permite al médico observar las paredes de la porción baja del tubo digestivo.
- **Colonoscopia:** Su médico puede examinar el colon entero y el recto durante la colonoscopia. Este procedimiento se utiliza para buscar los signos tempranos de un cáncer en el colon y recto.

### Prevención:

Es posible prevenirlo siguiendo estos sencillos consejos: Incluye en tu dieta diaria vegetales, verduras, frutas y granos integrales, practica ejercicio regularmente, mantén tu peso ideal de acuerdo con la edad y sexo, evita el tabaquismo y el consumo de alcohol. El médico especialista recomienda ciertos exámenes de detección para personas sanas sin signos ni síntomas con el fin de buscar indicios de cáncer de colon o pólipos no cancerosos en el colon.

**Detectar el cáncer de colon en su etapa más temprana proporciona la mayor posibilidad de curación.**



### DR. JOSÉ ALBERTO GONZÁLEZ RAMÍREZ

Cirujano General y Oncólogo.

Ced. Prof. 6999675 Ced. Esp. 10037753

EME RED HOSPITALARIA consultorio 235

Av. Pérez Ponce no. 496 x 56 y 56 A Centro.

Tel: (999) 970 1222

E-mail: drjagonzalezcg@gmail.com

  Oncología Quirúrgica Mérida.

www.cirujanooncologomerida.com

# DRA. MARISELA MURILLO MENA

ORTOPEDIA Y TRAUMATOLOGÍA  
ALTA ESPECIALIDAD EN CIRUGÍA ARTICULAR

TRATAMIENTO DE:

Fracturas  
Desgaste articular  
Lumbalgia



Citas: (999) 921 4923  
Urgencias: (999) 993 8967

**DESCUENTO**  
mencionando  
este anuncio



**HOSPITAL FARO DEL MAYAB**  
CHRISTUS MUGUERZA

**Hospital Faro del Mayab**  
Consultorio 917  
Calle 24 #280, Temozón Norte  
Santa Gertrudis Copo  
Mérida, Yucatán

Ced. Prof: 10012939 / UADY  
Ced. Esp: 12291608 / UDEM

# MÉDICO ESPECIALISTA EN GENÉTICA MÉDICA Y ENFERMEDADES RARAS

Ced. Prof. 6297632-UADY, Ced. Esp. 8536720-UNAM,  
Re-certificado en Genética Médica por el Consejo  
Mexicano de Genética, Cert. 301

*Dr. Raul E. Piña  
Aguilar*

**Tamiz neonatal  
avanzado**  
Ahora disponible en  
Campeche



**Consulta en línea  
a nivel nacional**

**MÉRIDA:** Clínica Tersana,  
Calle 66 #548 x 65 y 67,  
Col. Centro.

**CAMPECHE:** Hospital Vossan,  
consultorio 402, Carretera  
Lerma-Champotón Km 193,  
Col. Country Club.

**CITAS:** (981) 818 1699 Ext. 5011  
(981) 821 2200  
Celular: 554-362-3439  
Email: rpina.a@hotmail.com  
f Latinogenetics



*Invisalign es  
confiabilidad en los resultados*

## invisalign invisalign first

- Máster Internacional en Ortodoncia y Ortopedia Dentofacial por la Universidad de Santiago de Compostela.
- Experta en tratamientos para niños, adolescentes y adultos.
- Planificación 100% digital.
- Ortodoncia invisible.

Cédula Profesional: 7623509

Avenida Cámara de Comercio #266 entre  
34 y 36 Col. San Ramón Norte. Mérida

-  The White Loft
-  thewhiteloftmx
-  (999)-4819-776

**The White Loft**  
Specialized Dental Institute

# Cirugías en Uro-Ginecología

Muchos de los tratamientos que requieren las mujeres para tener una adecuada calidad de vida implican diferentes cirugías ginecológicas y uroginecológicas.

Con el paso del tiempo se ha llevado a desarrollar modernas técnicas de tratamientos quirúrgicos así como también tratamientos mínimamente invasivos que dan estupendas soluciones a las mujeres que lo requieren.

## Aquí te platico las más frecuentes:

### Cirugía de prolapso genital:

Cuando una porción de la vagina pierde su soporte normal, se puede realizar una cirugía correctiva para devolver a su lugar anatómico la vejiga, el útero (matriz) o el recto.

### Histerectomía vaginal:

Si dentro de un prolapso genital existe afección del útero (matriz) por un descenso importante tal vez esté indicado el retiro del mismo, el cual puede llevarse a cabo por vía vaginal, es decir sin incisiones abdominales de ningún tipo



### Cirugía para incontinencia urinaria:

Cuando exista un problema avanzado de pérdida de orina, se puede recurrir a una cirugía correctora con la colocación de pequeñas bandas protésicas que persistirán a través de los años. **¡Olvídate de los accidentes con la orina!**

### Estética ginecológica:

Existen también múltiples procedimientos para brindar una mejoría estética al área vulvar, como la labioplastia (disminución de labios menores), aumento de labios mayores, disminución de la amplitud vaginal, etc.

### Y muchas más

Existen muchos otros procedimientos que los ginecólogos y uroginecólogos estamos certificados para realizar: Ligadura de trompas, retiro de miomas, quistes de ovario, nódulos mamarios, lesiones en el cuello del útero, legrados, cesáreas, etc.

¿Deseas conocer más sobre algún procedimiento en específico?

*Dr. Humberto Palomo*  
Uroginecólogo

### Dr. Humberto José Palomo Pinto.

Ginecología y Obstetricia / Urología Ginecológica (Uro-Ginecología). Certificado por el Consejo Mexicano de Ginecología y Obstetricia (CMGO).

Ced. Esp. 10250364 Ced. Sub. 11214911

Calle 13 #199-G, Esquina con Calle 20  
Colonia García Ginerés. Mérida, Yucatán.

 Dr. Humberto Palomo Pinto

 drhumberto\_palomo

Teléfono Consult. (999) 980 19 83

Agenda online en: [www.doctoralia.com](http://www.doctoralia.com)



DRHUMBERTO.PALOMO

# OTOPLASTIA

## Cirugía de las orejas



Es la cirugía facial que tiene como objetivo corregir y remodelar las orejas prominentes, logrando mejorar su proporción y posición. El desequilibrio que se presenta por el tamaño de las orejas o por su separación anormal del cráneo puede presentar inconformidad con el aspecto de éstas, así como una desproporción en la estética facial.

Este procedimiento se puede realizar tanto a niños como adultos, generalmente se somete a este tipo de cirugía a los niños cuando tienen entre seis y catorce años de edad, debido a que a los seis años ya se han desarrollado las orejas casi por completo.



Es importante que si usted o su hijo están pensando en someterse a una otoplastia consulte con el Cirujano Plástico para aclarar cualquier duda acerca de los resultados que espera obtener, cuándo está indicada o cuál es el procedimiento a seguir, ya que esto depende de cada situación en específico y de las recomendaciones del cirujano. Cuando una persona se va a someter a una cirugía estética debe ser por su propia decisión o convicción.

Según la edad del paciente, la intervención se puede realizar bajo anestesia general o local. Una vez retiradas las vendas observarás un cambio inmediato en la apariencia de tus orejas, estos cambios son permanentes.

*Con la otoplastia se consigue armonizar y recuperar la simetría entre todos los rasgos faciales,* gracias a una cirugía relativamente sencilla y rápida que tiene un riesgo mínimo en comparación con los beneficios potenciales.

*Recuerde siempre acudir con Cirujanos Plásticos Certificados por el Consejo Mexicano de Cirugía Plástica Estética y Reconstructiva.*

  
**ALLENDE PÉREZ**  
CIRUGÍA PLÁSTICA

**CIRUJANO PLÁSTICO, ESTÉTICO Y RECONSTRUCTIVO.**

Ced. Esp. 5114013

**CLÍNICA SANTA MARÍA**

Consultorio 20

Tel: (999) 928 7576

**TORRE CÉNIT MEDICAL CENTER**

Consultorio 1008 y 1009

Tel: (999) 406 0153

**CITAS al Cel: (999) 900 0393** 

# ¿Por qué es tan importante la salud bucal de la MUJER EMBARAZADA?



El embarazo es un estado dinámico de cambios fisiológicos que afectan a la salud de la embarazada, su percepción e interacción con el entorno. Una mujer embarazada necesita a lo largo de este tiempo supervisión médica, ayuda física, emocional y por supuesto cuidados odontológicos, los cuáles son muy importantes, ya que alguna complicación en su estado bucodental podría ocasionar complicaciones obstétricas como parto prematuro, bajo peso al nacer y preeclampsia.

Los cambios hormonales que se producen durante el embarazo son los responsables de la modificación del cuerpo de la madre, y la cavidad bucal no es ninguna excepción.

Los dientes, los tejidos de soporte y la mucosa oral pueden verse afectados por los cambios inducidos durante el embarazo, lo que hace necesario tener especial cuidado bucodental en la mujer embarazada para poder evitarlos.

**Entre las alteraciones más frecuentes que se producen en la cavidad oral en la mujer embarazada cabe destacar:**

- **Gingivitis:** Más frecuente en el segundo trimestre del embarazo, relacionada con mala higiene oral, dieta, respuesta inmune y alteraciones hormonales y vasculares. El aumento de estrógeno y progesterona produce vasodilatación capilar favoreciendo el exudado y la permeabilidad gingival. La placa bacteriana es el factor etiológico fundamental para la aparición de la gingivitis, asociada al incremento de la microvascularización y del metabolismo tisular. La alteración de la flora microbiana está estrechamente relacionada con el inicio de la periodontitis.

- **Periodontitis:** Durante el embarazo se producen hormonas, cuya función es relajar las articulaciones para facilitar el parto, pudiendo actuar en el ligamento periodontal (ligamento situado alrededor de los dientes), si existe periodontitis previa, esta podrá agravarse por los mismos factores antes mencionados. Estudios relacionan la presencia y gravedad de periodontitis con el aumento de riesgo de parto prematuro y niños de bajo peso. Se atribuye como causa de dicha

prematuridad a las endotoxinas bacterianas y al aumento de los niveles de prostaglandinas, todo lo cual favorecería las contracciones uterinas tempranas.

- **Caries dental:** *El embarazo NO debe de ser considerado per se como una causa de la caries.* Existe la equivocada creencia de que se produce una desmineralización debida a la pérdida del calcio para "el nuevo ser", lo cuál es completamente falso, el esmalte tiene un intercambio mineral muy lento durante toda la vida. Sin embargo, la mujer embarazada está sometida a situaciones que la hacen sensible a padecer esta enfermedad ya que se ve alterada la composición salival y la flora oral produciendo xerostomía fisiológica (disminución del flujo salival) que sin una adecuada higiene oral y cuidados en la dieta podría facilitar la aparición de caries y/o infecciones dentales.

**Al embarazo suelen acompañarle alteraciones en el estilo de vida:** Disminución del cepillado ligado o no a la presencia de náuseas y vómitos (debido al aumento de gonadotropina en el primer trimestre), incrementándose los depósitos de placa en la superficie dentaria y aunado a ello los ácidos gástricos que están presentes en la emesis erosionan la superficie del esmalte de los dientes.

El dentista se encargará de instruir en aquellos consejos o medidas terapéuticas que pudiera precisar para el cuidado de la gestante y del recién nacido. Todas las mujeres embarazadas deben seguir controles no sólo médicos sino también odontológicos durante la gestación, ya que el fracaso o no tratamiento de los procesos dentales puede tener consecuencias no solo para la madre, sino también para el recién nacido.



## Dra. Stephanie León Bolaños

*Cirujano Dentista, Especialista en Endodoncia y Odontopediatría.*

Ced. Prof. 6945358 Ced. Esp. 10024527 Ced. Esp. 12212361

Av. Cámara de Comercio no. 266 por 34 y 36

Col. San Ramón Norte.

Citas: (999) 481 9776

 @drastephanieleon

[www.thewhiteloft.mx](http://www.thewhiteloft.mx)

# LAPAROSCOPIA Y CIRUGIA GENERAL

Dr. Alberto A. Cervera Pérez.

Ced. Prof. 10639311 Ced. Esp. 13286015

Especialista en Laparoscopia y Cirugia

— EXPERTOS EN: —

- Cirugía de urgencia.
- Cirugía de vesícula.
- Cirugía de hernias inguinales, umbilicales y ventrales.
- Cirugía gastrointestinal.
- Cirugía de apéndice.
- Tumores de piel.

Agenda una Valoración

@ dr\_betoc

999 772 2164

Consultorio 911

999 214 3387

Hospital Faro Del Mayab,  
Mérida Yucatán.

ALBERTO CERVERA  
LAPAROSCOPIA Y  
CIRUGIA GENERAL



DENTOPIA  
Clínica Dental



PON TU SALUD  
BUCAL EN MANOS DE  
PROFESIONALES

ATENCIÓN DENTAL PARA  
TODA LA FAMILIA

SERVICIOS

- ✓ ORTODONCIA
- ✓ PERIODONCIA
- ✓ CIRUGIA MAXILOFACIAL
- ✓ ODONTOPEDIATRIA

(999) 223 6080

(999) 287 5905

DRA. JOANNA LUCELY  
PÉREZ PERAZA  
Céd. Prof. 13144042

DRA. ESTEFANÍA  
GONZÁLEZ MENDIBURU  
Céd. Prof. 7763593

DENTOPIA CLINICA DENTAL

\_DENTOPIA

WWW.DENTOPIAMERIDA.COM



# TERAPIA PSICOLÓGICA

Online psicosisitemica.mx



Psic. Dulce Neri

Cédula Profesional: 8161732

Especialidad en Terapia Familiar Sistémica

Terapia individual  
Terapia de pareja  
Terapia familiar  
Terapia adolescentes

Agenda tu cita

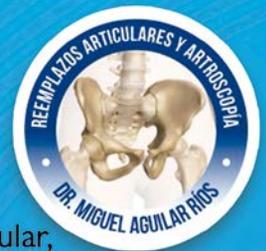


999 737 8286



# ORTOPEDIA Y TRAUMATOLOGÍA

Alta especialidad en Cirugía Articular, Artroscopia, Reemplazos (Prótesis).



DR. JOSÉ MIGUEL A. AGUILAR RÍOS

Céd. Prof: 4995238 Ced. Esp: 9486519  
Certificado por el Consejo Mexicano de Ortopedia y Traumatología.



Centro Médico Pensiones

CITAS: (999) 925.55.08

URGENCIAS 24 HRS. (9993) 51.22.65

SERVICIOS

- Artroscopia.
- Lesiones deportivas.
- Reemplazos Articulares.
- Fracturas.
- viscosuplementación.

Consultorio 204-B  
Calle 7 No. 215-A x 32 y 34  
Col. García Ginerés  
Horario: Lun-Vie:  
17:00 a 20:00 hrs.  
Sáb: 9:00 a 13:00 hrs.



# PROSTATITIS



Es una inflamación de la glándula prostática que causa una serie de síntomas caracterizados por trastornos miccionales, sexuales y perineales en mayor o menor medida, dependiendo de la causa y si es infecciosa o no.

Regularmente es causada por una infección bacteriana de la glándula prostática. Cualquier bacteria que pueda provocar una infección urinaria puede producir una prostatitis bacteriana aguda. Algunas enfermedades de transmisión sexual (ETS) también pueden causar prostatitis bacteriana.

**Por lo general se clasifican cuatro tipos de prostatitis:**

- **Prostatitis bacteriana aguda:** Infección bacteriana de la próstata que suele estar acompañada de síntomas repentinos y graves.
- **Prostatitis bacteriana crónica:** Infección bacteriana recurrente que suele estar acompañada de síntomas menos graves.
- **Prostatitis crónica o síndrome de dolor pélvico crónico:** Dolor pélvico continuo y síntomas en las vías urinarias sin signos de una infección.
- **Prostatitis inflamatoria asintomática:** Signos de inflamación de la próstata sin síntomas.

**Los signos y síntomas de la prostatitis pueden variar, dependiendo del tipo de trastorno. Estos pueden incluir lo siguiente:**

- Dolor o sensación de ardor al orinar (disuria).
- Dificultad con la micción, como goteo o vacilación urinaria.
- Micción frecuente, en especial en la noche (nicturia).
- Necesidad urgente de orinar.
- Orina turbia y sangre en la orina.

- Dolor en el abdomen, la ingle o la región lumbar.
- Dolor en la parte entre el escroto y el recto (perineo).
- Dolor o incomodidad en el pene o los testículos y eyaculación dolorosa.

El diagnóstico es clínico junto con la observación microscópica y el cultivo de muestras de orina obtenidas antes y después de un masaje prostático. **El tratamiento de la prostatitis se basa en la causa y se trata con antibióticos si es bacteriana.** Las causas no bacterianas se pueden tratar con relajantes musculares y fármacos antiinflamatorios o ansiolíticos.

Varias afecciones pueden contribuir a los signos y síntomas asociados con la prostatitis. Es importante obtener un tratamiento y diagnóstico precisos lo antes posible.



## Dr. Iván Arturo Velueta

Cirujano Urologo / Especialista en Cirugía de Mínima Invasión

Céd. Prof. 7186582 Céd. Esp. 12247234

[www.veluetaurologo.com](http://www.veluetaurologo.com)

Whatsapp: (999) 267 0531

Email: [dr.ivanvelueta@gmail.com](mailto:dr.ivanvelueta@gmail.com)

Star Médica, Consult. No. 831

Citas: (999) 286 2903

EME RED HOSPITALARIA, Consult. No. 205

[@dr.ivanarturovelueta](https://www.instagram.com/dr.ivanarturovelueta)

[f](https://www.facebook.com/Dr.IvanArturoVelueta) Dr. Iván Arturo Velueta

# ¿Sientes un constante malestar en el abdomen?

## PODRÍA SER DISPEPSIA



La dispepsia es el malestar en lo que se refiere como parte alta del abdomen, provocado ocasionalmente por ingerir alimentos muy pesados (con mucha grasa o picantes en exceso), medicamentos como los antiinflamatorios, originando este problema desde el tracto gastrointestinal, igualmente los problemas como el estrés, la depresión y la ansiedad pueden agravarlo, este padecimiento incluye síntomas como:

- Hinchazón.
- Acidez.
- Náuseas.
- Indigestión (no poder digerir la comida).

Las personas que padecen de dispepsia a menudo sienten una pesadez a la hora de comer ya que el estómago no se relaja, provocando además de los síntomas anteriores contracciones e idas al baño constantes.

**Los dos tipos de dispepsia que existen son:**

**Orgánica:** Causada por un daño orgánico como los mencionados anteriormente.

**Funcional:** Esta se produce sin una causa evidente y no hay un problema orgánico aparente.

Este padecimiento si bien no es algo grave, puede serlo si a la dispepsia se le suman otros síntomas que no corresponden, como problemas al tragar la comida o pérdida de peso sin un motivo aparente, para ello si deberá acudir al médico para que sea indicado un tratamiento y/o solución de la manera más rápida posible.

Gastroenterología,  
Cirugía General  
y Cirugía  
Laparoscópica

Ced. Prof: 2961722  
Ced. Esp: 4281424



Citas:

(999) 927.21.01  
(9992) 20.90.70

Clínica Providencia  
Calle 33 no.486-D x 48 y  
50 Col. Jesús Carranza.  
Tel: (9991) 09.85.36

Hospital Star Médica  
Consultorio 901

 gastroenterólogo  
Dr Ray Vivas Estrada

[www.gastrocirugiamerida.com.mx](http://www.gastrocirugiamerida.com.mx)



# AUMENTO DE GLÚTEOS



Procedimiento estético que ayuda a mejorar la apariencia de los glúteos afectados por la celulitis, exceso o pérdida de volumen. La distribución mal adecuada de la grasa y la flacidez causan un efecto que acaba con el aspecto estético de esta parte del cuerpo, asimismo en varios casos tiene un fin emocional al mejorar el contorno corporal.

## ¿Qué técnica elegir?

Cada una de las opciones de aumento de glúteos tiene un fin específico y para tomar la mejor decisión es importante acudir previamente con un especialista en Cirugía Plástica, él a través de una exploración exhaustiva de los glúteos, comprobando factores clave como la altura, anchura, proyección de los glúteos, si el paciente hace o no ejercicio, su fisionomía, si es hombre o mujer, aconsejará la mejor opción acorde a sus necesidades y proporciones.

## Actualmente existen diversas técnicas para un aumento de glúteos:

**Aumento de glúteos a través de prótesis e implantes:** Este procedimiento se realiza a través de la inclusión de implantes por técnica intramuscular. Para un aumento de glúteos se utilizan implantes de gel de silicona cohesivo.



### DR. CARLOS MARENCO

Ced. Esp. 5472226  
Cirujano Plástico, Estético y Reconstructivo.  
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 0153  
E-mail: [marencocarlos@yahoo.com.mx](mailto:marencocarlos@yahoo.com.mx)  
f Marenco Cirugía Plástica

**Aumento de glúteos por lipotransferencia:** Si no se desea utilizar implantes o prótesis, se puede obtener un resultado totalmente natural empleando la propia grasa del paciente, a la vez que se remodela la figura mediante una liposucción. Normalmente la grasa se extrae de las caderas, el abdomen, la espalda o los muslos. Esta técnica se recomienda a los pacientes que han sufrido una pérdida de peso considerable, existiendo aplanamiento y descolgamiento de la piel.

**Aumento de glúteos con ácido hialurónico:** Esta técnica consiste en inyecciones de ácido hialurónico en la zona de los glúteos, con las que se obtiene un aumento de tamaño moderado. Se realiza bajo anestesia local y sus resultados son temporales.

**Aumento de glúteos por el método de hilos tensores:** Ascenden al tejido subcutáneo de los glúteos, produciendo una elevación de la nalga y generando unos glúteos más altos y redondos, alargando a la vista los miembros inferiores y cambiando la proporción del cuerpo.

Es imprescindible elegir un especialista con entrenamiento en Cirugía Plástica, ya que la elección correcta del volumen del implante guarda relación con los buenos resultados.

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





# Desayuna completa

**DISFRUTA DE UN JUGO, PAN DULCE,  
PLATO DE FRUTAS, PLATO FUERTE Y CAFÉ**

*por \$ 149 pesos*



**RESERVA AL:  
(999) 921 1452**

**MÉRIDA, CENTRO.**

VÁLIDO AL 30/MAYO/2023.  
VÁLIDO PARA CONSUMO  
EN RESTAURANTE.  
NO APLICA CON  
OTRAS PROMOCIONES.



@MATILDASALONMX

Plato fuerte a elegir: Huevos al gusto o motuleños, Omelette con huitlacoche, Molletes a la mexicana, Chilaquiles (con huevo o pollo), Hot cakes o French toast, Gorditas, Sopes o Tlacoyos.

# Comprensión del entorno familiar de los niños con autismo



Cuando se habla de autismo, siempre se pone mayor énfasis en las características que está presentando el niño o la niña y pocas veces nos detenemos a pensar en cómo la familia de esa personita lo está viviendo, ya que se fija la mirada en el niño y se deja a un lado el entorno que lo acompaña.

En el caso de Trastorno del Espectro Autista, se debe considerar que los padres recorren un largo camino para descubrir lo que está sucediendo con su hijo, ya que muchas veces tienen el presentimiento de que en el crecimiento de su hijo algo está pasando, y cuando reciben un diagnóstico se visualizan una pérdida de planes.

**Como proceso requiere su tiempo y es preciso pasar por él.** Los padres suelen atravesar por una sucesión que implica hipersensibilidad, labilidad emocional, incertidumbre respecto a la situación familiar, sentimientos de culpabilidad, enojo, lo cual va a influir directamente en el trato con el hijo. Todas estas circunstancias producen, como es natural, una fuerte regresión en la organización emocional de la familia.

Cuando los padres reciben el diagnóstico inicial, no están preparados para escuchar que su hijo padece un trastorno. Es una fase de descreimiento y sorpresa, como ver el mundo desde fuera y que eso les esté pasando a ellos.

Para favorecer la convivencia con un hijo con **TEA** es necesario conocer en profundidad las características de dichos trastornos y aceptar las importantes limitaciones que implican a nivel de las relaciones sociales, la comunicación y la imaginación. La vida con una persona con autismo requiere muchos retos, ya que por lo general a las características de los niños con **TEA** hay que sumarle las diferentes condiciones que pudieran presentarse como el trastorno por déficit de atención, alteraciones en el sueño, la alimentación, etc.

**Es por ello que el apoyo más importante es el soporte del sistema familiar,** en el que los padres se sientan acompañados por los tíos, abuelitos, vecinos, maestros, escuela, otros padres de familia y personas del sistema de salud para que perciban el cobijo, no se sientan juzgados y puedan apoyar a sus hijos de una mejor manera.

El apoyo y orientación de profesionales en los primeros momentos son primordiales para que los padres puedan aprender a comprender y aceptar a su hijo/a. Una vez que logran mirar el mundo a través de los ojos del niño con **TEA** es posible comprender en gran medida sus comportamientos, incluso los problemáticos y desconcertantes.

Esta manera de ver las cosas lleva a los padres y demás personas cercanas a la persona con **TEA** a enfocar mejor y de una manera más respetuosa el tratamiento y a obtener un mejor resultado en el futuro.



**PSIC. MARÍA CONCEPCIÓN BRITO PIÑA**

Céd. Prof. 6534730

**CENTRO INTEGRAL DE PSICOLOGÍA INFANTIL**

📞 Cel: (999) 271 1757 y Tel: (999) 986 1466

📍 Calle 20 #440 x 37 y 39 Col. Nueva Alemán 📱 @cipimerida



TODA LA  
**CERVEZA**

QUE PUEDAS TOMAR

**¡ES GRATIS!\***



**Crabster**

SEAFOOD & GRILL



EXCLUSIVO

**CRABSTER PASEO 60**

\* No aplica en cervezas artesanales. \* Cervezas participantes: XX Laguer, XX Ambar, Amstel Ultra, Tecate Light, Indio, Sol y Superior. \* Aplica durante el consumo de alimentos. \* Consulta platillos participantes. \* Vigencia 31 de marzo de 2023. \* No aplica con otras promociones ni paquetes. \* Aplican restricciones.





PREMIUM  
=  =

# SEAFOOD

LO MEJOR PARA CADA OCASIÓN.

## SANBRAVO®

SEAFOOD & STEAKHOUSE



**LO EXQUISITO  
FRENTE AL MAR.**



**Crabster**  
SEAFOOD & GRILL



**MALECÓN DE  
PROGRESO**

RESERVA  
969 103 6522

  crabstermx



# DESAYUNO COMPLETO

\$149

Jugo, Pan dulce,  
Plato de frutas,  
Plato fuerte y Café

@silverfishmx



Valido hasta 30 Mayo 2023. No aplica con otras promociones. Platos participantes: Huevos al gusto, Huevos motuleños, Omelettes, Molletes a la mexicana, Molletes valladolid, Chilaquiles con huevo o pollo, Hot cakes o French toasts.



**SILVER FISH**  
seafood & grill



# ¡a Comer mucho! y Pagar Poquito!

VISÍTANOS:  PROGRESO  AV. ITZAES

f @ LOS HENEQUENES

Contáctanos al: 999 169 2925





DISFRUTA LA AUTÉNTICA

# COCINA DE MAR



 MALECÓN DE PROGRESO

LUNES A  
DOMINGO  
8 AM - 10 PM



f @mobulamx



# 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.



Permiso S.S.A. 315008X

## TENEMOS EL EQUIPO MÁS VANGUARDISTA DEL SURESTE MEXICANO

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

### Endoscopia Flexible Avanzada:

-Panendoscopia, - Colangiopancreatografía (CPRE),  
Colonoscopia.

- **Manometría - PHmetría**  
- **Cápsula endoscópica.**

### ULTRASONIDO ENDOSCÓPICO OLYMPUS PREMIER PLUS

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



Tels: (999) 943.05.96 Cel: (9999) 47.15.80 Campeche: (981) 813.35.66

Anexo CMA, consultorio 20. | CENIT Hospital Center. Planta Baja, Exterior.

E-mail: ovalenciag@hotmail.com | www.droswaldovalencia.com | @Dr. Oswaldo Valencia



# ¿OYE, PERO NO ENTIENDE? DISFRUTA LA VIDA Y VUELVE A ESCUCHAR

## LOS MEJORES APARATOS DE MÉXICO

**HASTA  
12 MESES  
SIN INTERESES**



ESCANÉAME



SOLICITA TU AUDIOMETRÍA GRATIS AL TELÉFONO:

**800 060 5000**

**VISÍTANOS EN SORIANA HÍPER CANEK**

AV JACINTO CANEK 277, BRISAS DEL PONIENTE, 97248 MÉRIDA, YUC. LOCAL 25

[www.audiotech.com.mx](http://www.audiotech.com.mx)

AUT. COFEPRIS 223300201A2641



**ABASTECEDOR  
HOSPITALARIO**  
DEL SURESTE S.A. DE C.V.



PERMISO S.S.A. 31P0042016 "POR LA CALIDAD DE LA SALUD"

Celebrando **30 años** de ser una empresa líder en la distribución de insumos para la salud contando siempre con productos de la **más alta calidad de marcas líderes** a nivel mundial, a los mejores precios y servicio.

**Gracias** por confiar en Abastecedor Hospitalario; Estamos comprometidos a seguir contribuyendo a mejorar la calidad de vida y salud de nuestros clientes y superar las expectativas de los profesionales de la salud.

#### 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 2 PM Y 3PM A 6PM

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 ————



Abastecedor Hospitalario del Sureste



Abastecedor\_hospitalario\_ahs