

Salud & Vida

YUCATÁN-CAMPECHE



EN PORTADA:

Dr. J. Manuel Michel R.
Cirujano Urólogo

PRESENTANDO:

**OBESIDAD Y PROBLEMAS
UROLÓGICOS**



**Cirugías estéticas más
comunes en HOMBRES**

Dr. Carlos Marengo

MATERNIDAD SIN CULPA

El mejor regalo para la infancia

- Parte 2 -

Psic. Gabriela Santaella Morales

Tumores Ginecológicos

de la detección a la prevención

Dr. José Alberto González Ramírez



Equilibrio
Farmacéutico

Salud, Calidad y Precio en Equilibrio

Disfruta los
beneficios de ser
Premium

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

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



3 beneficios
que puedes
ganar



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*

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



eQ-Fácil
Tu tienda en línea



**¡Ya aceptamos pago
con tarjeta!**



VISA **mastercard**

Compra en

www.eqfacil.com.mx

Visita nuestras sucursales

Cancún

Av. José López 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

*¡Siempre cuidando tu
bolsillo!*

**Salud, calidad
y precio en
Equilibrio**



Publicidad dirigida a Profesionales de la Salud.

EQUIPO EDITORIAL

•Lic. José Luis Preciado

Director General

•LAE. Pilar Ortiz

Directora Comercial

•Ing. en TI. Alfonso de
Jesús Ruiz Hernández

Diseño y Publicidad

•Teresa Paz Rodríguez

•Edith Gruber

Coordinación de

Distribución

•Ximena López

Coordinadora de Ventas

COLABORADORES

•Lic. Stephany Alejandra
Palacios Martínez

•Alfredo Pascual



"A ti, queridísimo papá, por ser un superhéroe de los de verdad."

18 de Junio. *Día del Padre.*

¡CONTÁCTANOS!

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 © 2023.

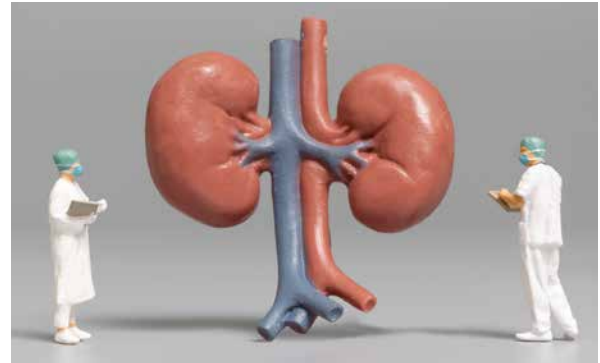
PRUEBAS Y DIAGNÓSTICO PARA LOS RIÑONES

Los riñones son órganos importantes e irremplazables, filtran y limpian la sangre eliminando los productos de desecho y produciendo la orina.

Las pruebas renales se usan para ver qué tan bien están funcionando sus riñones. Por lo general, la enfermedad renal en etapa temprana no muestra signos o síntomas, las pruebas son la única forma de saber cómo están funcionando sus riñones. Es importante que se haga un chequeo por enfermedad renal si tiene los principales factores de riesgo: Diabetes, presión arterial alta, enfermedades del corazón o historial familiar de insuficiencia renal.

La insuficiencia renal crónica se diagnostica mediante la medida en una muestra de sangre de los niveles de creatinina y de urea, que son las principales toxinas que eliminan nuestros riñones. Además, se realizan analíticas de la orina para conocer exactamente la cantidad y la calidad de orina que se elimina. Con estos resultados se calcula el porcentaje global de funcionamiento de los riñones (filtrado glomerular) que va a determinar el grado de su insuficiencia renal.

También se realiza una ecografía y en algunos casos, un escáner o resonancia para conocer el tamaño y la forma de los riñones. En otros casos, también se puede realizar una biopsia renal.



Las pruebas renales específicas incluyen:

- **Tasa de filtración glomerular:** Uno de los análisis de sangre más comunes para la enfermedad renal crónica muestra qué tan bien filtran sus riñones.
- **Prueba de creatinina en sangre y orina:** Examina los niveles de creatinina, un producto de desecho que sus riñones eliminan de la sangre.
- **Análisis de albúmina en orina:** Busca la presencia de albúmina, una proteína que puede aparecer en la orina si los riñones están dañados.
- **Pruebas de imagen como una ecografía:** Proporciona imágenes de los riñones, las que ayudan al médico a visualizar el tamaño y forma de los riñones.
- **Biopsia de riñón:** Consiste en tomar una pequeña muestra de tejido del riñón para analizarla en un microscopio. Comprueba la causa de la enfermedad renal y qué tan dañados están sus riñones.

En el momento en el que se diagnostica una insuficiencia renal, es importante seguir las medidas indicadas por los nefrólogos para enlentecer el deterioro de la función de los riñones, como la supresión de ingesta de sal, la reducción de peso o la adecuación de dieta, entre otras. Detectar y tratar la enfermedad renal en sus inicios puede ayudar a retrasar o detener el daño renal.

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

CATARATAS

Esta es una patología que consiste en la pérdida de transparencia del cristalino (aquel que se usa para recibir la luz que los ojos perciben) por lo que conforme va evolucionando, se va produciendo una reducción paulatina de la visión. Las cataratas están normalmente asociadas a la edad mientras más viejo mayor riesgo hay de padecerlas, aunque pueden ser congénitas, producirse por traumatismos o ver acelerada su formación por determinadas enfermedades, al igual que por la ingesta de algunos medicamentos.

Las cataratas producen una pérdida progresiva de visión tanto de lejos como de cerca, con la sensación de tener la visión empañada y de halos en torno a las luces con molestia creciente al exponerse a entornos con mucha luz.

La única forma de eliminar las cataratas y recuperar la visión en su totalidad es mediante una intervención quirúrgica y se realiza de la siguiente forma:

- Con anestesia local, gotas anestésicas o bien con una inyección periocular (alrededor del globo ocular).
- La intervención de cataratas es un procedimiento ambulatorio que no requiere ingreso hospitalario, posterior a la cirugía podrá volver a casa para su recuperación.

Existen diferentes tipos de lentes intraoculares que se pueden implantar tras extraer el cristalino o pacificado:

- Para corregir solo la visión de lejos (lente intraocular monofocal).
 - Para corregir solo la visión de lejos y cerca (lente intraocular multifocal).
 - Astigmatismo elevado (lente intraocular tórica).
- Cuanto más madura es la catarata más dificultad tiene la cirugía y mayor es el riesgo



de complicaciones. Por eso, de forma general, el momento más adecuado para la operación de cataratas sería cuando el paciente empieza a notar dificultades para ver en su vida cotidiana.

Para determinar si tienes cataratas, su médico revisará sus antecedentes médicos, síntomas y realizará un examen de la vista.

Es posible que su médico realice varias pruebas, entre ellas:

- Examen de la agudeza visual.
- Examen con lámpara de hendidura.
- Examen de la retina.
- Tonometría de aplanamiento.

A partir de los 40 - 45 años, como consecuencia del envejecimiento del lente transparente que tenemos dentro del ojo, ésta pierde su capacidad de acomodación o capacidad de enfocar objetos a diferentes distancias, por tanto, pierde flexibilidad y esto conlleva a la pérdida de nitidez de la visión cercana.



DRA. GUADALUPE CONCEPCIÓN CANUL ESTRELLA

Cirujano Oftalmólogo, Oculoplástica

Ced. Esp: 5304004 Ced. Prof: 7342183

Tel: (999) 920.43.20 Cel: (9993) 34.26.52

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

E-mail: conchicanul@hotmail.com

 Ofatmología Dra. Lupita Canul  @dra.canul



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 ☎
 AngelPerazaLab

ESCANEA EL CÓDIGO Y AGENDA UNA CITA

PERM. S.S.A. 310069Y

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



3 Y 6 MESES SIN INTERESES EN CIRUGÍAS UROLÓGICAS (PIEDRAS, PRÓSTATA, CIRCUNCISIÓN LÁSER, ENTRE OTRAS).

Agenda tu cita hoy mismo

(999) 611 7430

Aceptamos todas las tarjetas sin cobrar comisión.
 *Aplican restricciones



Cirujano Urólogo | Dr. José Aguilar
 Céd. Prof. 4281280 | Céd. Esp. Urología 6323674
 Hospital Star Médica Altabrisa | Consultorio 724



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

DISMENORREA



La menstruación es el sangrado vaginal normal que se produce como parte del ciclo menstrual, aunque cuando este periodo pasa a ser doloroso se conoce como dismenorrea, que es el término médico para definir los cólicos menstruales o el dolor que muchas mujeres experimentan antes de su periodo.

Dismenorrea primaria

Es provocada por los cólicos menstruales normales. El dolor por lo general inicia cuando la menstruación comienza y persiste durante los primeros 1 a 2 días, este dolor descrito como espasmódico se superpone sobre el dolor abdominal inferior constante que puede irradiarse a la espalda o el muslo. Las pacientes también pueden tener malestar general, fatiga, náuseas, vómitos, diarrea, dolor de espalda o dolor de cabeza.

Los factores de riesgo para los síntomas graves incluyen los siguientes:

- Edad temprana del periodo menstrual.
- Períodos menstruales largos o intensos.
- Tabaquismo.
- Antecedentes familiares de dismenorrea.

Dismenorrea secundaria

Debida a alguna causa física y por lo general de aparición más tardía. Períodos menstruales dolorosos causados por otra afección médica presente en el organismo.

Las causas comunes de dismenorrea secundaria incluyen:

- Endometriosis (la causa más común).
- Adenomiosis uterina.
- Miomas.

La dismenorrea es una patología que no se puede prevenir, puesto que forma parte del ciclo menstrual de una mujer.

Algunas de las técnicas para reducir el dolor menstrual que pueden realizarse en casa son el uso de almohadillas térmicas y los baños tibios. Por otra parte, existen algunos fármacos que también pueden ayudar a aliviar el dolor, aunque su suministro siempre será bajo prescripción médica.

Los fuertes dolores menstruales pueden llegar a impedir la realización de las actividades cotidianas, por lo que es importante acudir al especialista para descartar otras posibles patologías como los quistes ováricos o la endometriosis.

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

VERANO 2023

OFERTA ACADÉMICA



CAMPUS SUR MÉRIDA

24 JUN

1 SÁBADO AL MES

DIPLOMADO EN
**MEDICINA
ESTÉTICA**
GRUPO VILLAHERMOSA

10 MESES PRESENCIAL

24 JUN

1 SÁBADO AL MES

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

10 MESES PRESENCIAL

NUEVO PROGRAMA

9 JUL

1 DOMINGO AL MES

DIPLOMADO EN
**MEDICINA INTERNA
PARA DENTISTAS**

10 MESES PRESENCIAL

16 JUL

2 DOMINGOS
AL MES

DIPLOMADO EN
INMUNONUTRICIÓN

4 MESES VIDEO CLASES
EN VIVO

INTERCAMBIO: ESPAÑA, ARGENTINA

2 SEP

1 FIN DE SEMANA
AL MES

MAESTRÍA EN
**ADMINISTRACIÓN
DE SERVICIOS
DE ENFERMERÍA**

2 AÑOS PRESENCIAL

NUEVO PROGRAMA

8 JUL

1 SÁBADO AL MES

DIPLOMADO EN
**ENFERMERÍA
ESTÉTICA**

10 MESES PRESENCIAL

NUEVO PROGRAMA

15 JUL

1 DOMINGO AL MES

DIPLOMADO EN
**TRASTORNOS
DE LA CONDUCTA
ALIMENTARIA**

10 MESES VIDEO CLASES
EN VIVO

22 JUL

1 SÁBADO AL MES

DIPLOMADO EN
**ACCESOS
VASCULARES**
(CLÍNICA DE CATÉTERES)

10 MESES PRESENCIAL

INTERCAMBIO: ESPAÑA, ARGENTINA

9 SEP

1 FIN DE SEMANA
AL MES

MAESTRÍA EN
**ADMINISTRACIÓN
DE HOSPITALES**

2 AÑOS Y MEDIO PRESENCIAL

8 JUL

2 SÁBADOS AL MES

DIPLOMADO EN
**MICROBIOLOGÍA
Y PARASITOLOGÍA**

5 MESES VIDEO CLASES
EN VIVO

15 JUL

1 SÁBADO AL MES

DIPLOMADO EN
**TERAPIA INTENSIVA
RESPIRATORIA**
(PARA ENFERMERÍA)

10 MESES PRESENCIAL

ESCANEA Y RECIBE MÁS INFORMES
POR WHATSAPP



221 593 8932

CONSULTA NUESTRA OFERTA ACADÉMICA EN:
www.epmerida.com

Cirugías estéticas más comunes en hombres



Anteriormente al hablar de una cirugía estética, era lo mismo que pensar en las mujeres que se hacían retoques en el cuerpo. Esto ha cambiado con el paso del tiempo ya que es muy normal que los hombres cuiden su estética igual o más que las mujeres. Ellos están ganando cada vez mayor protagonismo como candidatos de tratamientos estéticos.

A continuación, vamos a profundizar cuales son las cirugías estéticas más elegidas por hombres:

Lipoescultura: Es una técnica mucho menos invasiva que la liposucción tradicional en hombres. Por eso está ganando cada vez más adeptos del género masculino, prácticamente todas las zonas del cuerpo pueden ser tratadas mediante la remodelación que permite la lipoescultura.

Blefaroplastia o cirugía de párpados: Permite mejorar el aspecto de los ojos eliminando la piel sobrante o el exceso de flacidez. Se puede hacer en todo el contorno de los ojos o centrarse sólo en la parte superior (párpados caídos) o inferior

(las llamadas "bolsas"), dependiendo de las necesidades del paciente.

Ginecomastia o reducción de mamas: Técnica que elimina el exceso de tejido graso en las glándulas mamarias masculinas. Sí, esto parecía propio solo de las mujeres pero no es así, es una cirugía sencilla con resultados inmediatos y definitivos.

Rinoplastia o cirugía de nariz: Se trata de una técnica que soluciona tantos problemas estéticos de la nariz como los problemas de tabique nasal desviado o dificultad respiratoria.

Abdominoplastia: Redefinir y mejorar el aspecto del vientre consiguiendo un abdomen más firme y plano, una cintura más estrecha es el objetivo de los hombres que buscan hacerse una abdominoplastia. La operación consiste en separar la piel del abdomen y estirla, reforzando los músculos con diferentes suturas si es necesario, después se quita el exceso de piel y grasa.

Ahora los hombres también pueden decidir sobre su aspecto físico y sentirse más seguros gracias a estos procedimientos que cada día toman más fuerza entre la población. Ponte en manos de un Cirujano Plástico especializado.

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



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) 406.01.53

E-mail: marencocarlos@yahoo.com.mx

 [Marenco Cirugía Plástica](#)



CHEQUEO MÉDICO DE LA MUJER

¿Cómo las mujeres pueden evitar enfermedades graves?

Sin importar lo rápido que avancen los tratamientos, lo cierto es que la medicina preventiva será siempre la forma más efectiva y barata de mantenerse sano. En enfermedades como el cáncer esto es evidente: La mitad de las muertes se evitarían dejando de fumar, bebiendo con moderación, manteniendo un peso saludable y practicando un poco de ejercicio.

Pero, pese a que mantengamos unos hábitos de vida saludables, hay una serie de chequeos que no podemos pasar por alto.

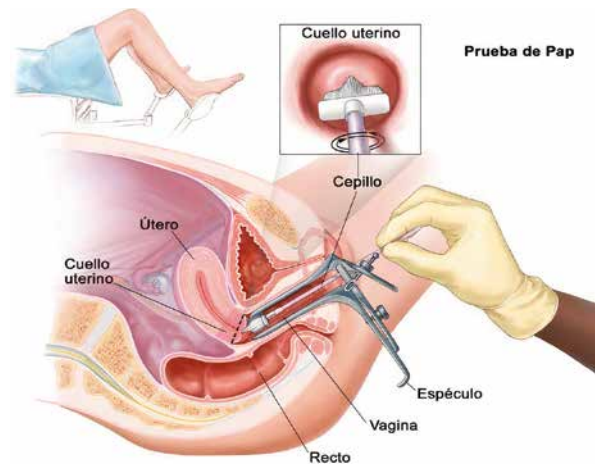
¿Qué estudios debe realizarse toda mujer?

• **Examen de mamas:** Su revisión puede ser clínica mediante autoexploración o con chequeo médico. Así mismo es importante complementarlo con ultrasonido mamario y si es necesario mastografía, de esta manera detectamos tumores tan pequeños que se pueden tratar más fácilmente.

• **Examen pélvico:** Este chequeo incluye revisión externa (vulva), vagina, cervix y órganos internos mediante exploración bimanual.

• **Ultrasonido:** Realizado en consulta podemos evaluar de manera interna el útero, los ovarios y la pelvis en general, en la búsqueda de cualquier alteración que pueda afectar tus órganos internos.

• **Citología cervico – vaginal:** También conocido como Papanicolaou, es la técnica más utilizada para detectar de forma precoz el cáncer de cuello



uterino y las lesiones precancerosas. Podemos complementarlo tomando una prueba de PCR para virus de papiloma humano y tratarlo de manera precoz!

• **Colposcopia:** Estudio mediante el cual observamos el cuello uterino a diferentes dimensiones para observar lesiones por virus de papiloma humano y si fuera necesario complementar con una biopsia de cérvix.

• **Densitometría ósea:** Esta prueba sirve para determinar la densidad mineral o masa ósea, de los huesos. Se realiza con un aparato especial de rayos x que permite conocer el estado de los mismos y así determinar el riesgo de fracturas y la posibilidad de padecer osteoporosis.

Mi recomendación es que acudas con tu ginecólogo de confianza para realizar la exploración y estudios que ayuden a detectar enfermedades de manera temprana de acuerdo a tu edad y tus características.

La prevención es tu mejor opción.
¡Acude con expertos!

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 Col. García Ginerés. Mérida, Yucatán.

Dr. Humberto Palomo Pinto

drhumberto_palomo

Teléfono Consult. (999) 980 19 83

Agenda online en: www.doctoralia.com



QUISTES SINOVIALES

¡NO HAY QUE TEMERLES!



Los quistes sinoviales son protuberancias redondas u ovaladas que aparecen debajo de la piel, cerca de las articulaciones y cuya consistencia puede ser blanda o firme.

Todas las articulaciones se mantienen cubiertas y selladas por una estructura llamada cápsula. Los quistes son el resultado de una ruptura en la cápsula por un traumatismo o esfuerzo (a manera de "chipote") y están rellenos por un líquido mucoso que proviene de la articulación. Las articulaciones que se afectan con mayor frecuencia son las muñecas, ya sea en la parte palmar o en el dorso, pero pueden afectarse otras áreas como manos, dedos, pies, rodillas, etc.

Esta patología puede aparecer a cualquier edad, sin embargo, ocurre más frecuente en personas de 20 a 30 años. Puede afectar a una o ambas extremidades; e incluso aparecer dos o más quistes agrupados en una misma zona. Su inicio puede ser de manera brusca o ir en aumento de manera paulatina. **Por lo general, los quistes sinoviales no causan dolor, sin embargo, pudieran limitar la movilidad de la articulación o disminuir la fuerza de las áreas cercanas.**

El tamaño del quiste puede cambiar a lo largo del tiempo, incluso puede disminuir de tamaño y después volver a "crecer". En ocasiones, debido al tamaño, pueden comprimir o afectar nervios, tendones o vasos sanguíneos y ello producir entumecimientos, hormigueos, sensaciones extrañas, alteraciones en la fuerza o incluso dolor en diversas áreas. Los quistes sinoviales no son malignos.

El diagnóstico la gran mayoría de las veces es clínico, es decir, mediante una minuciosa y cuidadosa exploración física; algunas veces se corrobora mediante un ultrasonido. En pocas ocasiones especiales es necesario realizar algún estudio adicional como una resonancia magnética.

El tratamiento de esta patología puede ser diverso:

1). Observación y vigilancia (manejo conservador), especialmente cuando el quiste es relativamente pequeño, no molesta, ni causa dolor. En ocasiones, el

quiste puede disminuir su tamaño o incluso desaparecer; por el contrario, puede aumentar y producir molestias mayores; en este caso, se pasaría a otro tipo de manejo.

2) Aspiración y sellado, mediante un procedimiento relativamente inocuo, se aspira el contenido del quiste y posteriormente se deposita un medicamento para "sellar" el área de la fuga en la cápsula.

3) Tratamiento quirúrgico; puede ser con la técnica tradicional abierta (la gran mayoría de las veces se realiza solo con anestesia local) o mediante cirugía artroscópica (mínimamente invasiva).

En algunos casos, a pesar de cualquiera de los tratamientos previos, existe la pequeña posibilidad que otro quiste aparezca en un lugar cercano o en el mismo lugar.

RECUERDE:

Si usted presenta una protuberancia sobre alguna de sus articulaciones o cercano a ellas, es importante acudir con **SU ORTOPEDISTA DE CONFIANZA** a la brevedad para una atención y manejo especializados de manera oportuna y evitar complicaciones y/o secuelas.

¡SU ORTOPEDISTA de CONFIANZA!

ORTOPEDIA Y TRAUMATOLOGÍA
Ced. Esp: 8111184. UADY

Dr. Carlos Benitez

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

Afiliado al: **CMA** Centro Médico de las Américas
EDIFICIO PLATINO
@dr.carlosbenitezortopedista
carlosbenitez.ortopedista

Un padecimiento que afecta a hombres de todas las edades

BALANITIS

Es un proceso inflamatorio que afecta a la piel del glande y del prepucio, puede ser aguda, crónica (cuando dura más de unas semanas) o recurrente. Si no es atendida, la inflamación de la cabeza del pene puede presionar la uretra y causar dolor al orinar, entre otras complicaciones.

Las manifestaciones que puede tener una persona con balanitis son:

- Enrojecimiento de la zona, acompañado de escozor o dolor.
- Secreción uretral (a veces maloliente).
- Aparición de llagas rojas en el glande.
- Incapacidad a la hora de retraer el prepucio.
- Dolor al orinar.

La balanitis puede o no ser contagiosa dependiendo del factor causante de la misma. Si el médico confirma que se trata de una balanitis infecciosa, ya sea por bacterias o bien por hongos (candidiasis), podría requerirse un estudio del estado de la pareja y recomendarse la abstinencia sexual mientras dure el tratamiento para dicho padecimiento.

Balanitis en niños.

Suele estar relacionada generalmente con un agente de tipo irritativo. Ya se deba esto a una higiene deficiente como a todo lo contrario, cuando se fuerza la limpieza del pene retrayendo forzosamente el prepucio del niño. La balanitis en la población pediátrica es frecuente y suele presentar eritema, edema y mal olor, así como síntomas a observar.



Una buena higiene es fundamental para prevenir la balanitis.

Es importante mantener la cabeza del pene y el prepucio limpios y secos. El pronóstico de esta enfermedad depende de cuál haya sido su causa y los factores de riesgo que presente. En gran parte de los casos, la balanitis desaparece rápidamente si se siguen los tratamientos adecuados recomendados por un experto y no suele requerir intervención quirúrgica.

El tratamiento de la balanitis depende de la enfermedad que lo cause:

- En caso de balanitis por alguna infección por bacterias, el tratamiento suele hacerse con antibióticos administrados por vía oral. El tipo de antibiótico depende de si se trata de una infección de transmisión sexual o no.
- En el caso de infección por un hongo del tipo de la Cándida, el tratamiento se realiza con cremas locales con antifúngicos.

La prevención es clave para evitar la aparición de complicaciones, reducir los factores de riesgo y detener el avance del padecimiento.



Cirujano Urólogo / Especialista en Cirugía de Mínima Invasión

Céd. Prof. 7186582 Céd. Esp. 12247234

www.veluetaurologo.com

Whatsapp: (999) 267 0531

Email: dr.ivanvelueta@gmail.com

Star Médica, Consult. No. 831

Citas: (999) 286 2903

EME RED HOSPITALARIA, Consult. No. 205

@dr.ivanarturovelueta

Dr. Iván Arturo Velueta

MATERNIDAD SIN CULPA

El mejor regalo para la infancia

Parte 2



La naturaleza materna ha previsto que toda madre que da a luz inicie la relación con sus hijos desde el gozo, el enamoramiento, la alegría y la confianza, a través de un cóctel hormonal que baña su cuerpo al momento de dar a luz y que la prepara para ese primer encuentro amoroso. Esa escena que toda madre sueña y desea vivir al conocer a su bebé y poderle abrazar.

Es a partir de ese primer encuentro donde inicia la verdadera formación de una identidad materna. En este momento la madre comenzará a descifrar cada necesidad de su recién nacido y sólo el contacto cercano y constante con él despertará su intuición y le dará el conocimiento para cubrir su necesidad ya sea de hambre, sueño, sed, higiene, temor, frío, soledad, seguridad o amor.

Ante todo lo anterior surge la necesidad de sostener a esta madre ahora en crianza, en este momento se vuelve imprescindible la presencia de toda persona que rodea a la madre para animarle, atenderle y diseñar el ambiente idóneo para que se conecte con su sabiduría interior y se sienta segura de las decisiones que deba tomar ante cada nueva experiencia con su recién nacido. En compañía será más fácil y seguro. No una compañía que le diga qué o cómo hacer las cosas, sino una compañía que le haga sentir capaz de hacerse cargo de su bebé desde su conexión maternal y su propia habilidad materna en desarrollo. Ese acompañamiento desde la presencia, el respeto y el sostén determinará en gran medida la seguridad de esta madre como una figura importante y suficiente para maternar a su recién nacido.

Hay en este momento muchas madres que se encuentran en sus casas, sintiéndose incapaces de criar a sus hijos. La gran presión del exterior, con tantos mandatos como: Si dar o no el pecho, cada cuánto darlo, dormir o no con el bebé, cargarlo cuando lllore o dejarlo llorar por la falsa creencia de que sus pulmones deben madurar o que las puede chantajear y muchos otros comentarios, advertencias sin sustento o frases imperativas, llevan a las madres a ver la crianza como una

gran dificultad que no creen capaces de poder enfrentar porque simplemente no se sienten bien, están tristes, aterrorizadas, se sienten culpables y temen ser tachadas de malas madres.

Si cada madre cambia incluso su composición genética con cada embarazo y al nacer cada hijo nos moldeamos nuevamente a sus necesidades, entonces *¿Cómo podríamos criar sabiamente siguiendo patrones preestablecidos?, ¿Será lo justo para cada madre con ese nuevo bebé seguir mandatos externos?.*

Podemos ser un sistema protector de la maternidad si solo dejamos fluir a cada madre, la acompañamos desde la compasión, la contenemos y atendemos, nos ponemos a su servicio hasta que ella pueda encontrarse a sí misma, y sólo así empezar sabiamente a fluir en su maternidad, seguir sus instintos, conectarse con su bebé y lograr al fin vivir la gran experiencia de maternar de manera consciente, respetando sus propias necesidades para poder así visibilizar las necesidades de su bebé.

Estaríamos presenciando la cura emocional de un nuevo mundo. Estaríamos viendo, permitiendo y participando en el surgimiento de un ser humano sano gestándose y siendo criado por una madre plena y sana. Estaríamos ante un mundo que comienza a sanar a través de sanar a las madres. Una Maternidad sin Culpa, criando desde el AMOR y la CONFIANZA.



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 IAİM. Céd. Prof. 3015938 Céd. Esp. 7464050


Citas: (999) 269 0328

Consultorio en Calle 21 no. 578 por 24 y 28

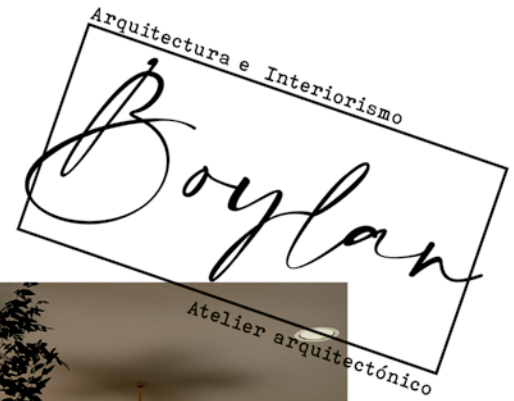
Col. Maya.

Atención Presencial y Online

 @gabbysantaellapsiconatal

 Gabby Santaella

¿Entornos saludables?, la arquitectura e interiorismo enfocados al bienestar.



¿De qué manera puede influir el diseño del espacio en mi salud?

Recientes estudios nos demuestran que pasamos alrededor de un 90% de nuestro tiempo en espacios interiores. Como bien sabemos la pandemia sirvió como punto de inflexión en la relación de la salud y el bienestar con el diseño de espacios.

Nuestro entorno físico puede afectar nuestra salud de diversas maneras. Por ejemplo: la exposición a sustancias tóxicas en el aire, el agua o los materiales de construcción, puede tener efectos negativos en nuestro organismo. Además; la falta de ventilación o la presencia de moho y hongos pueden causar problemas respiratorios y alergias.

Un espacio sano y saludable puede tener impacto positivo en nuestra salud mental. Un ambiente cómodo, bien iluminado y bien diseñado puede mejorar nuestro estado de ánimo, reducir el estrés y aumentar nuestra productividad.

En el caso de los espacios de atención médica, contar con un entorno seguro, saludable y normativo, es esencial para garantizar la recuperación de los pacientes. El interiorismo y la arquitectura pueden influir en la comodidad, seguridad y privacidad tanto de los pacientes como del personal de salud, lo que a su vez puede tener un impacto positivo en su bienestar físico y emocional.



Algunas recomendaciones.

El uso de colores claros y suaves en nuestra paleta, ayuda tanto a generar sensaciones de amplitud, favorecer la iluminación y mayor control visual en acumulaciones de polvo.

Uso de materiales y/o texturas naturales evitando las superficies demasiado porosas para evitar grandes acumulaciones de polvo y hongos.

Maximizar la luz natural, y de no ser posible, considerar el uso de iluminación artificial cercana a la luz natural o luz neutra.

Reducir los sonidos colocando barreras como puede ser vegetación, cortinas, entre otros.

Existen pinturas y acabados antibacterianos a precios accesibles en el mercado que ayudan a que el hongo y las bacterias tarden en desarrollarse en determinadas superficies.



Arquitecto Rodrigo Boylan Pérez
Master in project management
Cédula profesional: 5935390

¿Le gustaría agregar un valor adicional a su espacio pero necesita ayuda para lograrlo?

Podemos guiarle en el proceso, contamos con paquetes de consultoría.

whatsapp: +52 999 2337082



Para más consejos y algunos ejemplos de nuestros trabajos:



IG: Boylan.atelier

HERNIA INGUINAL



Es una protrusión de un área específica del intestino u otro órgano abdominal por medio de una abertura de la pared abdominal. No es necesariamente peligrosa, sin embargo, si no es atendida puede provocar complicaciones potencialmente graves.

Este tipo de hernia puede ocurrir debido a un aumento en la presión intraabdominal, la existencia de un punto débil en la pared abdominal, ésta debilidad también puede presentarse en la edad adulta posterior a una lesión o cirugía abdominal, el esfuerzo al evacuar u orinar, así como actividades que requieren de un alto esfuerzo físico y levantamiento de cargas; el embarazo también puede ser causa de la aparición de una hernia inguinal, al igual que la tos y estornudos crónicos.

Hernia inguinal en recién nacidos y niños:

Son causadas por una debilidad en la pared abdominal que se presenta en el nacimiento, cuando el peritoneo no cierra como debe ser. **En bebés y niños la hernia puede ser visible sólo cuando lloran, tosen o realizan algún esfuerzo durante la evacuación intestinal.** En caso de infantes que ya caminan, una hernia es más notoria al permanecer de pie durante un largo periodo.

Los síntomas asociados con la hernia inguinal incluyen:

- Dolor en la ingle que empeora al momento de toser, agacharse, levantar objetos y estornudar.
- Una protuberancia que aparece y desaparece mientras está acostado.
- Sensación de ardor o dolor en la ingle.
- Sensación de pesadez o arrastre en la ingle, especialmente al final del día o después de una actividad prolongada.
- Escroto hinchado o agrandado en los hombres.

Las hernias inguinales pueden llegar a complicarse provocando una obstrucción intestinal, el estrangulamiento puede cortar el suministro de sangre y dar como resultado la muerte del tejido.

Esto puede poner en peligro la vida y requiere una cirugía inmediata.

El único tratamiento para una hernia inguinal es una cirugía:

• **Cirugía abdominal abierta:** La grasa o el intestino que sobresale se empuja hacia el abdomen. Se puede implantar una malla sintética para apoyar el punto débil.

• **Laparoscopia:** El procedimiento de reparación se realiza a través de la guía de imágenes de la cámara. Éste es un procedimiento mínimamente invasivo.

La hernia inguinal en adultos es prevenible mediante un control de peso saludable, evitar pérdidas de peso bruscas ya que pueden causar debilidad en los músculos abdominales, llevar una dieta rica en fibra para no padecer estreñimiento, no fumar y mientras se levantan elementos pesados mantener una buena posición corporal. **La hernia en bebés y niños es imposible de prevenir.**



DRA. CARLA RUBY BEYLÁN VÁZQUEZ

Cirugía General y Laparoscopia

Ced. Prof. 4450262 Ced. Esp. 7201764

**Calle 7 #215 A, Centro Médico Pensiones,
Consult. 319, Col. García Gineres,
Mérida, Yucatán, C.P. 97070**

Tel. Consult. (999) 762 3024 / (999) 762 3025

Cel: (999) 575 4049

**f Cirugía General, Dra. Carla Ruby
Beylán Vázquez**

@ dra.carlabeylan

OBESIDAD Y PROBLEMAS

UROLÓGICOS



El sobrepeso y la obesidad inicialmente fueron identificados como un problema estético, favorable o desfavorable según las épocas, y aún más, como atributo de salud y poder en algunos sectores de la población y etnias.

Con el paso del tiempo comenzó a destacarse su asociación con patologías crónicas y su impacto sobre la expectativa de vida.

La obesidad no solo representa un problema cosmético. Es decir, más allá del riesgo cardiovascular, **la obesidad constituye también un factor de riesgo para determinadas enfermedades urológicas.** Por ejemplo, los hombres con un exceso de peso y síndrome metabólico tienen un mayor riesgo a desarrollar un cáncer de próstata.

Controlar el peso es importante para evitar a largo plazo distintas patologías:

Incontinencia urinaria: Está comprobado que el exceso de peso contribuye a la presión sobre el

suelo pélvico y la vejiga, lo que provoca la salida inconsciente de orina.

Cáncer de próstata: El exceso de grasa descontrola los factores de crecimiento, lo que produce mayor riesgo de padecer cáncer. La grasa que rodea la próstata favorece el crecimiento de tumores prostáticos.

Crecimiento de próstata: La obesidad sobre todo a nivel abdominal, incrementa el riesgo de padecer hiperplasia benigna prostática, así como una dieta rica en grasas y en proteínas de origen animal.

Disfunción eréctil: La obstrucción arterial e hipertensión contribuyen al deterioro de la vascularización del pene y a la incapacidad para mantener erecciones. **Algunos estudios arrojan que los hombres obesos segregan menos cantidad de hormonas sexuales (testosterona) por lo que su deseo sexual se ve afectado.**

Enfermedad Renal: Las personas con sobrepeso u obesidad tienen más riesgo de presentar presión arterial alta y diabetes. La presión arterial alta y la diabetes son las dos causas principales de enfermedad renal.



Dr. J. Manuel Michel R.
Cirujano Urólogo

Esto significa que la obesidad aumenta el riesgo de tener enfermedad renal.

La obesidad se ha convertido en una epidemia mundial, y se ha proyectado que su prevalencia se incrementará en un 40% en la próxima década.

Esta creciente prevalencia supone implicaciones tanto para el riesgo de desarrollo de diabetes y enfermedades cardiovasculares como para el desarrollo de enfermedad renal crónica. Un elevado índice de masa corporal es uno de los factores de riesgo más importantes para la evolución de este padecimiento

En individuos afectados por la obesidad, tiene lugar una hiperfiltración compensatoria necesaria para alcanzar la alta demanda metabólica secundaria al aumento del peso corporal.

Litiasis urinaria: Es la presencia de cálculos en el riñón, uréteres, vejiga y/o uretra; es consecuencia de una o varias alteraciones en la composición urinaria que favorecen la cristalización de la orina.

Es una enfermedad multifactorial en la que pueden estar implicados factores intrínsecos como los genéticos, la raza, la edad, el sexo; y factores extrínsecos como los geográficos, climáticos, alimentarios, etc. A mayor grado de obesidad, más ácida es la orina, aumentando el riesgo de desarrollar litiasis urinaria.

El Estado de Yucatán ocupa el primer lugar en la prevalencia de litiasis urinaria (LU), y supera la media nacional de obesidad.

La obesidad en México forma parte de los problemas más graves de salud pública, pues es el segundo país con mayor índice de obesidad en el mundo según el Instituto Nacional de Salud Pública. ***Se ha declarado como emergencia sanitaria por su alta prevalencia, pues desde 1999 los casos no disminuyen. Hasta 2016, el 72.5% de los adultos presentaba sobrepeso y obesidad,*** siendo más común en habitantes de zonas rurales y mujeres en etapa reproductiva.

Los cambios en el estilo de vida, como el aumento de ejercicio o las modificaciones en la dieta, son el pilar del tratamiento para eliminar el exceso de peso y prevenir estas patologías.

Una buena noticia es que tanto la obesidad como una gran parte de problemas urológicos son en gran medida prevenibles.

La educación y la concientización de los riesgos que genera la obesidad y la adopción de un estilo de vida saludable, pueden ayudar a prevenir un sin número de padecimientos, molestias, enfermedades y demás.



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.

LOWER BODY LIFT

Cirugía después de reducción masiva de peso

PARTE 2

A pesar de los múltiples beneficios atribuidos a la pérdida de peso, los pacientes suelen cursar con secuelas en el contorno corporal producto del excedente cutáneo, laxitud de tejidos y alteración en la distribución del tejido adiposo, que se generan asociados a la pérdida masiva y rápida de peso.

Debido al gran excedente de cutáneo y redistribución grasa, es necesario la realización de procedimientos más complejos, que combinan diferentes herramientas reconstructivas para poder dar una solución integral al contorno corporal del tronco inferior.

El Lower Body Lift es un procedimiento que combina en un tiempo quirúrgico, una abdominoplastia circunferencial y una cruroplastia. Ésta técnica permite corregir satisfactoriamente el contorno corporal del tronco inferior, elimina el exceso de piel y grasa del abdomen, las caderas, la parte externa de los muslos y glúteos.



La utilización de la técnica quirúrgica está determinada por la valoración previa de cada uno de los pacientes, las estructuras y diferentes áreas a restablecer, así como las preferencias del paciente. Son candidatos a este procedimiento personas con edad menor a 60 años, enfermedades secundarias como diabetes e hipertensión con un control adecuado, hábito tabáquico suspendido y con un índice de masa corporal saludable.

•**Abdominoplastia circunferencial o circular:** Es una intervención para retirar en una sola cirugía el exceso de piel en el abdomen, flancos y parte baja de la espalda.

•**Cruroplastia:** Comúnmente llamada lifting de muslos, una cruroplastia es la remodelación de los muslos mediante la eliminación del exceso de piel y grasa que cuelga en la cara interna de la parte superior de la pierna. Este procedimiento ayuda a moldear los muslos para crear un aspecto más firme y proporcionado.

Es de vital importancia seguir sin excepción todas las instrucciones de cuidado que su cirujano especialista le proporcione, buscando disminuir las complicaciones asociadas a procedimientos muy extensos.

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 

TUMORES GINECOLÓGICOS

de la detección a la prevención

Un tumor ginecológico está formado por una masa anormal de tejido corporal. Son aquellos tumores que se originan en los órganos reproductores femeninos, como el útero, los ovarios o el cuello uterino. Los tumores en vagina y vulva deben ser incluidos en este grupo, aunque son muy poco frecuentes.

Cada tumor ginecológico presenta signos y síntomas diferentes. Al igual que precisa de diferentes tratamientos y estrategias de prevención. Todas las mujeres tienen, en mayor o menor medida, el riesgo de padecer tumores ginecológicos a lo largo de la vida, aunque generalmente este riesgo aumenta con la edad. **La detección temprana es fundamental en todos los casos para favorecer las posibilidades de curación mediante los distintos tratamientos.**

Los tumores ginecológicos se dividen de acuerdo al órgano donde se presentan, **los cuales en caso de ser malignos, llevan a desarrollar cáncer:**

- **Tumores del cuello de la matriz y tumores cervicouterinos:** Se diagnostican de forma temprana con el Papanicolaou. Este estudio detecta lesiones tempranas, y a partir de ello, se realizan intervenciones que logran que nunca se desarrolle el tumor.
- **El cáncer de ovario:** Algunos cánceres de ovario también se pueden originar en las trompas de falopio o el peritoneo.
- **El cáncer de vagina.**
- **El cáncer de vulva:** Es la parte externa de los órganos genitales femeninos.



Los cánceres ginecológicos se pueden tratar de varias formas. Esto depende del tipo de cáncer y de cuánto se haya extendido. **Los tratamientos pueden consistir en cirugía, quimioterapia y radiación.**

Al contrario, existen tumoraciones benignas, pueden ser originadas en la región vulvar y son extremadamente frecuentes. En la mayoría de los casos no requieren ningún tipo de tratamiento. Sin embargo, su conocimiento es importante para diferenciarlas de las tumoraciones malignas. A su vez, en algunos casos estas lesiones benignas forman parte de un cuadro sistémico más complejo, que puede acarrear secuelas importantes a corto y medio plazo.

Las estrategias de prevención disminuyen la posibilidad de padecer estas patologías. **Ante cualquier anomalía consulte a su médico especialista, el cual le ayudará a encontrar un tratamiento individualizado que se adecue a su caso de la forma más efectiva posible.**



DR. JOSÉ ALBERTO GONZÁLEZ RAMÍREZ

Cirujano General y Oncólogo.



Ced. Prof. 6999675 Ced. Esp. 10037753

EMERED 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

**FB FARMACIAS
BAZAR** M.R.

67
AÑOS
**FB FARMACIAS
BAZAR** M.R.

**COMPROMETIDOS CON
TU SALUD Y BIENESTAR**

¡Encuentra tu sucursal
más cercana!



¡ESCANEA Y DISFRUTA las
ofertas que tenemos PARA TI!



[f](#) [@](#) [j](#) [t](#) Farmacias Bazar

OEC ONE CFD

INNOVACIÓN EN IMAGEN DIGITAL AL INSTANTE

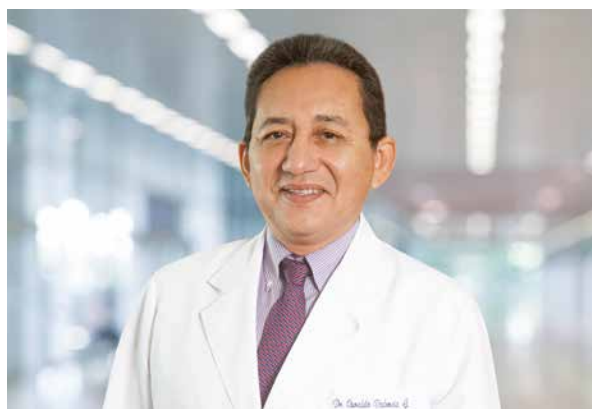
Los avances conseguidos en los distintos campos de la medicina en los últimos tiempos, son esenciales para brindar un servicio de excelencia. La calidad de imagen es fundamental en todos los procedimientos y entornos quirúrgicos, así como la precisión, tecnología de mínima invasión, entre otras más, y a la par, nuevas tecnologías van de la mano.

El arco en C móvil compacto OEC One CFD es un detector de panel plano con tecnología CMOS (dispositivo que permite realizar una radiografía proporcionando una imagen digital radiológica al instante).

Ofrece una vista clara de la anatomía en todos los tipos de procedimientos, con un flujo de trabajo sincronizado y todo en uno. Esta herramienta utiliza la tecnología OEC Touch panel de control y ayudas de posicionamiento, funciones que están diseñadas para ayudar a lograr la precisión de imagen que es necesaria.

Entre sus características más relevantes se encuentran las siguientes:

- Cadena de imágenes Clear View: Ofrece detalles de imagen desde un detector CMOS; sensor semiconductor que consta de millones de sensores de píxeles, cada uno de los cuales incluye un fotodetector.
- Indicador de posición con cinco rangos de movimiento para facilitar la vista del cirujano.
- Energía de reserva de cinco minutos: Protege contra pérdida de datos del paciente.
- Ayuda a la precisión quirúrgica con planificación de imagen y características de posicionamiento.
- Tiene tres configuraciones de imagen para adaptarse a las necesidades de cada paciente.



- Zoom en vivo en la anatomía de la imagen sin cambios en los rayos X.
- Tecnología que proporciona resolución a máxima velocidad de fotogramas.
- Visualización de imágenes de alta resolución con claridad en pantalla de ultra alta definición.
- Rotar imágenes sin pérdida de datos con imagen 100% Squirrel preservada.

En la Clínica Integral del Aparato Digestivo contamos con el equipo más vanguardista del sureste mexicano, y próximamente para el diagnóstico y tratamiento de enfermedades de vías biliares y del tubo digestivo contaremos con el detector de panel plano con tecnología CMOS OEC One CFD.

**Acude con tu especialista de confianza
Dr. Oswaldo Valencia.**



Endoscopia Gastrointestinal, Cirugía Laparoscópica

Ced. Prof: 3175635 INCAN, ASGE. UADY

Mérida:

Tel: (999) 943 0596 y Cel: (999) 947 1580

Campeche:

(981) 813 3566

Instagram: @dr.oswaldo.valencia

www.droswaldovalencia.com



MENÚ

Godínez

ENTRADA A ELEGIR:*

Sopa de lima o Ensalada César a la yucateca

PLATO FUERTE A ELEGIR:

Tacos de camarón al pastor o Quesadilla con chicharron prensado
o Tacos de lechon al horno o Fettuccini con rajas poblanas
+ \$20 *Cambia tu plato fuerte por:* Pollo enmolado o Poc chuc

POSTRE:*

Churros

BEBIDA:

1 Agua natural de 355 ml

❖ \$199 ❖

LUNES A VIERNES
1:00 A 5:00 P.M.



@MATILDASALONMX

R: 999 921 14 52

MÉRIDA, CENTRO

*LAS PRESENTACIONES DE ESTOS
PLATILLOS SON DIFERENTES A LOS
DEL MENU HABITUAL.
NO APLICA PARA LLEVAR.
VIGENCIA 30/JUN/23



Revista Salud & Vida



¡Gracias!

*Por compartir estos años
con nosotros.*

 *Revistasaludyvida*

 *Revista_saludyvidamx*

www.Revistasaludyvida.com.mx





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 30 de junio de 2023. * No aplica con otras promociones ni paquetes. * Aplican restricciones.



TODA LA



CERVEZA

QUE PUEDAS TOMAR ES

gratis

SANBRAVO®

SEAFOOD & STEAKHOUSE

**PROMOCIÓN VÁLIDA EN EL
CONSUMO DE ALIMENTOS.**



RESERVA: 999 406 9274

  SANBRAVOMX

* No aplica en cervezas artesanales. * Cervezas participantes: Heineken, Bohemia (Clara y Oscura), XX Laguer, XX Ambar, Amstel Ultra, Tecate Light, Indio, Sol y Superior. * Aplica en el consumo de alimentos. * Consulta platillos participantes. * Vigencia 30 de junio de 2023. * No aplica con otras promociones ni paquetes. * Aplican restricciones.

EVITE EL EXCESO



LO EXQUISITO FRENTE AL MAR.



Crabster
SEAFOOD & GRILL



**MALECÓN DE
PROGRESO**

RESERVA
969 103 6522

  [crabstermx](#)





MIÉRCOLES *y* JUEVES
DOS X UNO
en **CERVEZAS***

* Cervezas participantes: Sol, Superior, Tecate Light y XX Lager de 355 ml.
Válida hasta agotar existencias, Aplica restricciones.

y **HORA**
FELIZ 2X1
en **NACIONALES**
BEBIDAS Y CERVEZAS

* Consulta términos y condiciones
Aplica restricciones.






DISFRUTA LA AUTÉNTICA

COCINA DE MAR

LUNES A DOMINGO
8:00 AM - 10.00 PM

  @MOBULAMX


MALECÓN DE PROGRESO





SILVER FISH
seafood & grill

DESAYUNO *completo*

\$149 Jugo, Pan dulce,
Plato de frutas,
Plato fuerte y Café

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.



@silverfishmx



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. 31S008X

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

INSTITUTO AUDIOLÓGICO
AUDIOTECH

¿OYE, PERO NO ENTIENDE? EL MEJOR REGALO PARA EL MEJOR MAESTRO

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

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