

Salud & Vida

EL ENFOQUE MÉDICO HUMANO

YUCATÁN-CAMPECHE

EN PORTADA:

Dra. Maggie Richardi

*Especialista en Ortodoncia y Ortopedia
Dentofacial en THE WHITE LOFT*

PRESENTA:

INVISALIGN FIRST

*Donde las sonrisas de los más
pequeños toman el protagonismo*

La **IMPORTANCIA** de un
estudio **PRENUPCIAL**

QFB. Juan Alvar Alfaro Villanueva

**EL TRATAMIENTO
TE ELIGE A TI**

Dra. Silvia Carolina Pérez Acal

¿Cuándo debo acudir con un
ONCÓLOGO MÉDICO?

Dr. Adrián Juárez vidal



Salud, Calidad y Precio en Equilibrio

Equilibrio

Farmacéutico

Somos un concepto innovador en almacén de venta al mayoreo de medicamento genérico, brindamos atención personalizada a farmacéuticos, médicos, clínicas, hospitales y distribuidores.



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

#1

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

Meses sin intereses
mínimo de compra **\$7,000.00***
*3 meses sin intereses en toda la tienda. Consulta tarjetas participantes

1% Al pagar con **Transferencia bancaria**
Pago en una sala exhibición



Visita nuestras sucursales

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

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

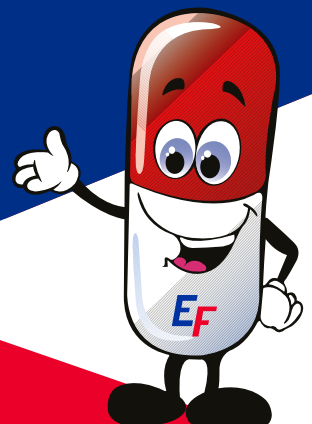
Chetumal

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

Publicidad dirigida a Profesionales de la Salud.



TORRE120
OCHENTA
HOSPITAL CAUCEL

PRIMER HOSPITAL de servicios
de **SALUD PRIVADOS** en
Ciudad Caucel.

- 72 consultorios
- Hospital
- Área comercial
- 3 Elevadores
- 152 cajones de estacionamiento
- Lobby
- Terraza panorámica

¡Adquiere **HOY** tu
consultorio en
PREVENTA!

 (999) 161 4800 | [120ochenta.com](https://www.120ochenta.com)

 Torre 120ochenta Ciudad Caucel  [torre120ochenta](https://www.instagram.com/torre120ochenta)

EQUIPO EDITORIAL

• LIC. JOSÉ LUIS PRECIADO
DIRECTOR GENERAL

• LAE. PILAR ORTIZ
DIRECTORA COMERCIAL

• ING. ALFONSO DE JESÚS
RUIZ HERNÁNDEZ
DISEÑO Y PUBLICIDAD

• YEYETZI JIMÉNEZ
COORDINADORA DE VENTAS

• TERESA PAZ RODRÍGUEZ
COORDINACIÓN DE DISTRIBUCIÓN

COLABORADORES

• LIC. STEPHANY ALEJANDRA
PALACIOS MARTÍNEZ

• ALFREDO PASCUAL

¡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



REVISTA SALUD Y VIDA EDITORIAL

Querido lector :

Hace 17 años, llegó la idea de realizar una revista llena de contenido médico enfocada al público en general con el fin de brindar conocimiento o resolver dudas sobre diversos temas, después de entender el propósito de ésta, sin dudar, le dimos todo el respaldo y nos sumamos a la aventura de dirigirla. *Con mucha alegría podemos ver la trayectoria informativa de 17 años en Mérida Yucatán, y 11 años en la ciudad de Campeche*, llegando a ti mediante tanto en plataformas impresas como digitales compartiendo contenido, así como el contacto de los mejores médicos especialistas, profesionales de otras importantes áreas de interés, laboratorios, farmacéuticas y ¡muchas otras más!

En este mes de Abril, donde celebramos a nuestros pequeñines, contamos con la presencia de **la Dra. Maggie Richardí Máster en Ortodoncia** la cual nos comparte el tema de *Invisalign First: Donde las sonrisas de los más pequeños toman el protagonismo.*

Si bien, en México existen infinidad de revistas dirigidas a los médicos, que contienen una gran cantidad de información con tecnicismos que, para nosotros que no somos médicos, es complicado entender, es por ello que para LA REVISTA SALUD Y VIDA lo primordial es vincular la relación entre médico y paciente, así como perderle el miedo a hacerte un chequeo o el tabú de algunas enfermedades. **¡Nuestros médicos están para ello!, para ti.**



*Lic. José Luis Preciado - Director General
y la LAE. Pilar Ortiz - Directora Comercial.*

Nos sentimos honrados de pertenecer a LA REVISTA SALUD Y VIDA, un equipo integro que no se rinde ante las inclemencias que se presenten, sino que juntos salimos adelante, siempre innovando para así ser *la mejor Revista del Sureste Mexicano*, solo nos queda agradecer a nuestros lectores, profesionales, especialistas y colaboradores que *todos juntos formamos parte de este gran equipo de LA REVISTA SALUD Y VIDA.*

**¡GRACIAS POR FORMAR PARTE
DE ESTA FAMILIA!**

S&V Salud & Vida
El enfoque médico humano

¿Cuál es la labor de un CIRUJANO MAXILOFACIAL?

La cirugía maxilofacial es una especialidad médico quirúrgica que tiene como principal objetivo el ocuparse de:

- Prevención.
- Estudio.
- Diagnóstico.
- Tratamiento.
- Y rehabilitación de las patologías que puede tener la boca y toda la zona craneofacial.

Por tanto, un buen Cirujano Maxilofacial es un especialista de vital importancia para aquellas personas que tengan esta clase de patologías.

Entre las diferentes funciones que desempeña un cirujano maxilofacial se encuentran:
Realizar extracciones de muelas del juicio.
Colocación de implantes dentales.
Diferentes clases de cirugía estética y reconstructiva.

Incluso su labor guarda cierta relación con la cirugía plástica así como la otorrinolaringología y la neurocirugía; algo con lo que trabaja de manera bastante estrecha dado que coincide en algunos aspectos.

Son muchos los problemas que puede resolver un cirujano maxilofacial, entre ellos se encuentran:



- Malformaciones congénitas como: Fisura palatina, paladar hendido, labio leporino o niños que tengan alteraciones en la forma de su cráneo.
- Diferentes clases de fracturas faciales.
- Deformidades dentofaciales.
- Cirugía para resolver las deformidades de la oreja (otoplastia).
- Oncología oral, craneofacial y cervical.
- Quistes en los maxilares así como patología de la articulación temporomandibular.
- Cirugía reconstructiva de la cara así como patología de glándulas salivales.
- Colocación y rehabilitación de implantes osteointegrados (implantología).
- Cirugía estética (blefaroplastia, genioplastia, rinoplastia, mentoplastia, etc.).
- Tumores, tanto benignos como malignos, en cabeza y cuello.

Deja tu **salud en manos expertas**, el Cirujano Maxilofacial **CERTIFICADO** al ser especialista en una zona anatómica compleja **es el indicado para ayudarte**.



Dr. Roberto J. Sosa Milke

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

Cel: (999) 242 5511

Calle 26 no. 218 B entre 27 y 29

García Ginerés. Tel: (999) 925 1015

E-mail: sosa_roberto@hotmail.com

Permiso S.S.A. 31AV/0022016



¿Cuándo debemos acudir al **CARDIÓLOGO?**

La respuesta a esta pregunta es fácil: Siempre es un buen momento para acudir al cardiólogo. Conocer el estado de tu salud cardiovascular y recibir consejos por parte de un especialista, es esencial para llevar un estilo de vida saludable y prevenir complicaciones en el futuro.

Aun así, el ritmo de vida y las diferentes circunstancias personales que se nos crucen, pueden hacer que pospongamos la visita al cardiólogo. Es por ello que vamos a darte unas pautas para que acudas al especialista lo antes posible ante diversos síntomas indicadores de un posible problema cardiovascular.

Existen factores de riesgo y síntomas que no debemos ignorar. El corazón es un músculo muy activo y productivo que late más de cien mil veces al día. Es fundamental cuidar de forma preventiva este órgano tan importante.

El cardiólogo es el especialista que estudia las enfermedades relacionadas con el corazón y sus estructuras, como infarto agudo al miocardio, estenosis aórtica, cardiopatía isquémica, entre otras. Este especialista diagnóstica, trata e interviene en todas las enfermedades del corazón.

A pesar de la edad, siempre es importante realizar un chequeo general, sobre todo si presentas algunos síntomas que podrían ser una señal de alarma. Los más comunes son:

- Sensación de quedarse sin aliento.
- Dolor en el pecho o taquicardia.
- Dolor de cabeza acompañado de fatiga crónica.



- Sensación de percibir los latidos.
- Padecimientos crónicos (diabetes, colesterol, triglicéridos altos, presión arterial elevada, entre otros).

Es importante visitar a tu cardiólogo para comenzar un tratamiento preventivo para evitar enfermedades cardiovasculares a futuro.

Los especialistas recomiendan hacer un chequeo anual, sin embargo, ante la presencia de cualquiera de estos síntomas se deberá asistir de inmediato.

Los hábitos saludables nos ayudan a disminuir considerablemente las probabilidades de padecer enfermedades cardiovasculares, sin embargo, existen otros factores que pudieran desarrollarlas, por ello la importancia de acudir al cardiólogo.



Dr. Aarón Trujillo
Cardiología Clínica e Intervencionista

Certificado Consejo Mexicano de Cardiología No. 3777.

Céd. Prof. 09072086 - Universidad Cristóbal Colón,
Campus Calasanz.

Céd. Esp. 12425649 - UASLP.

Urgencias 24 horas: (999) 993 7044

Tel.: (999) 993 7044

EME RED HOSPITALARIA

Urgencias 24 horas

Consultorio 209

Av Pérez Ponce - Número 496 x Calle 56

HOSPITAL STAR MÉDICA

Consultorio 521

Calle 26 -199, Colonia Altabrisa

E-mail: cardiologoaaarontrujillo@gmail.com

Facebook: [Cardiologo Aarón Trujillo](#) Instagram: [@cardiologoaaarontrujillo](#)

www.cardiologoaaarontrujillo.com

LA SALUD ES PRIMERO

Previene y detecta enfermedades a tiempo.



Servicio a domicilio
¡sin costo!
(Área limitada)

Angel Peraza
LABORATORIOS

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

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

@AngelPerazaLab

Urología

MÉRIDA ITZAES



DR. EDUARDO LINO SILVA NÁJERA

Cirujano Urólogo Certificado

Médico Militar Ced. Prof. 810671 Escuela Médico Militar Ced. Esp. 10153479 UDEFA

TRATAMIENTO DE:

- Cálculos en vías urinarias.
- Cáncer de próstata, riñón, vejiga, testículo.
- Enfermedades de transmisión sexual.
- Infecciones urinarias.
- Vasectomía.
- Circuncisión.

AGENDA TU CITA HOY:

📍 Urología Mérida Itzaes

☎ 999-441-3925

📍 CEDIMY Mérida, Yucatán
Av. Itzáes 489 por 49 y 51

🌐 urologiameridaitzaes.com



Dra. **PALACIOS** Htz.

MEDICINA ESTÉTICA Y LONGEVIDAD

DALE A TU CUERPO EL CUIDADO QUE SE MERECE

La Dra. Palacios y su equipo ofrecen procesos altamente calificados para la restauración, el mantenimiento, promoción y prevención de la estética, la salud y el bienestar.

NUESTROS SERVICIOS

- Depilación láser.
- Aplicación de toxina botulínica.
- Rellenos de ácido hialurónico.
- Peeling Dérmico.
- Mesoterapia facial.
- Hilos tensores.
- Regeneración capilar.
- Aparatología estética de última generación.

CONTÁCTANOS

Dra. María Esther Palacios Hernández
Maestría en Medicina Estética y Longevidad
Ced. Prof. 10817679 Anáhuac

TEL: (999) 128 2111

📍 @drame_palacios 📍 @doctora.palacios

Calle 13 #440 entre 58 y 56 Montejo Mérida, Yucatán.



GINECOLOGÍA, ONCOLOGÍA GINECOLÓGICA

Dr. Álvaro Cámara Ayuso

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

ATENCIÓN ESPECIALIZADA EN:

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

DETECCIÓN Y TRATAMIENTO OPORTUNO DE:

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

CMA

Centro Médico de las Américas

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



Parriso S.S.A. 31AV0042018

¿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 colocárcelo.

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!

audiofon
CUIDADO AUDITIVO

Examen Auditivo SIN COSTO.

DESCUENTOS DEL 30% MÁS 12 MESES SIN INTERESES CON TARJETAS PARTICIPANTES.
**Aplican Restricciones. Válido durante Abril 2024.*

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

Maria Gpe. Soberanis
Técnico Audioprotesista
Rosa I. Zapata
Técnico Audioprotesista

AUDIOFON
f Audiofon
@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**

DOLOR NEUROPÁTICO

Cuando el dolor es más que una sensación

El dolor es un sistema de alarma que avisa que hay un daño actual o potencial y permite protegernos de ese daño, constituyendo un mecanismo de defensa. El dolor neuropático es producido por un daño o alteración en las estructuras del sistema nervioso. Por tanto, el dolor puede ser producido por daño en los nervios periféricos (dolor neuropático periférico) o por daño en la médula espinal o el cerebro (dolor neuropático central).

El dolor neuropático puede ser consecuencia de:

- **La compresión de un nervio**, por ejemplo por un tumor, por una rotura discal de la columna vertebral (causando dolor lumbar y/o dolor irradiado que desciende por la pierna) o por presión sobre un nervio de la muñeca (causando síndrome del túnel carpiano).
- **Lesión nerviosa**, como ocurre en trastornos que afectan los nervios (como la diabetes mellitus o el herpes zóster).
- **Un procesamiento anormal o alterado** de las señales de dolor por parte del encéfalo y la médula espinal.

Este dolor se percibe como una descarga eléctrica, sensaciones de "alfileres y agujas", entumecimiento y picazón, quemazón, hormigueo o hipersensibilidad al roce o al frío. Incluso un ligero toque puede causar dolor. A veces el dolor neuropático es intenso y constante.

Si el movimiento es doloroso, la persona afectada puede ser reacia a mover la parte del cuerpo que le duele. En estos casos, los músculos que controlan la parte dolorosa pueden atrofiarse y el movimiento puede llegar a ser más limitado.



La persona sigue sintiendo dolor mucho después de que la causa haya remitido **porque las estructuras del sistema nervioso se han modificado, volviéndose más sensibles al dolor.** La comprensión de la naturaleza del dolor neuropático y de lo que cabe esperar a menudo ayuda a las personas afectadas a que se sientan más dueñas de su vida y a ser más capaces de controlar su dolor.

El tratamiento puede variar en función del trastorno específico que lo provoca. Se inicia a menudo con fármacos. Los medicamentos pueden ayudar a reducir el dolor, haciéndolo menos debilitante y perjudicial, pero es difícil aliviarlo por completo con medicamentos, **es por esto que otra buena opción es una cirugía.**

Acude con tu especialista para un correcto diagnóstico y un tratamiento específico.

DR. LUIS ALBERTO RAMIREZ LÓPEZ

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

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

TEL: 999 947 2495

HOSPITAL STARMEDICA
Consultorio 417
fraccionamiento Altabrisa.

FARO DEL MAYAB
Consultorio 711
Sta Gertrudis Copo.

HOSPITAL
CHRISTUS MUGUERZA

CLÍNICA
CAMED CUPULES

 Luis Ramirez Neurocirujano Cirugía de Columna  @drluisramirez

www.drluisramirezlopez.com



EXPANSIÓN DE MAXILAR A TEMPRANA EDAD

Y SU IMPACTO EN LA VÍA AÉREA

¿Sabías que la boca nos dice mucha información sobre la salud de tu hijo?

En este artículo hablaremos sobre la expansión temprana del maxilar, es decir, en dentición temporal (**antes de los 6 años**) y cuál es su importancia además de crear espacio para los dientes permanentes.

En la **imagen 1** podrás observar dientes temporales que aparentemente están en adecuada posición, alineados, y limpios, ¿Qué problema habría de tener?, ¿Será importante llevarlo con el Odontopediatra?, pues en realidad esto no es lo ideal, **debemos ver espacios entre los dientes (imagen 2)**, de lo contrario estamos hablando de un incorrecto crecimiento facial y vías aéreas estrechas.

La expansión del maxilar ha sido un procedimiento utilizado durante años para la corrección de maloclusiones transversales.

Sus beneficios y efectos a nivel dentario, como de sutura palatina son bien conocidos; sin embargo, la importancia va más allá del beneficio dental, como son los efectos a nivel de vía aérea beneficiando el tratamiento de pacientes con problemas respiratorios y/o apneas de sueño, los procedimientos de expansión maxilar promueven



imagen 1

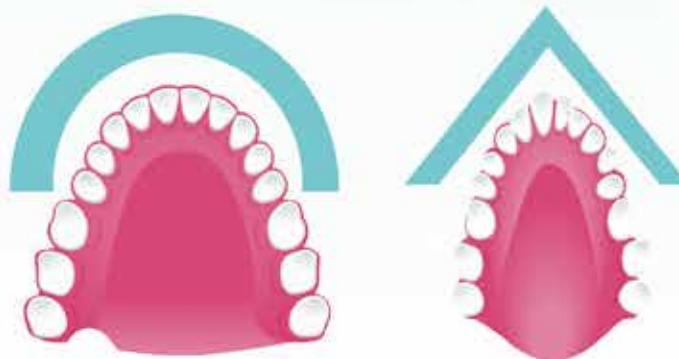


imagen 2



el ensanchamiento del piso nasal, reducen la resistencia al flujo aéreo y tienen un efecto positivo en la función nasofaríngea favoreciendo un desarrollo armónico facial.

La expansión del maxilar aumenta el espacio en el paladar, dejándolo en una correcta forma (de "U"), el paladar no debe ser alto, ni estrecho y así mejorará la posición de la lengua la cuál debe descansar en el paladar, y así facilitará la respiración nasal y por ende evitar trastornos de sueño, ayudando a un crecimiento armónico, además **es importante estar realizando terapia oromotora para reeducar las funciones de masticación, deglución y respiración.**



La infancia pasa rápido...

¡Cuidemos de su SONRISA!

The White Loft
Specialized Dental Institute

Dra. Stephanie León Bolaños.

Especialista Odontólogo Pediatra y Endodoncista.

Ceds: 10024527-UNITEC, 6945358-UNITEC, 12212361-UNAM.

Citas: **999 481.97.76**

Av. Cámara de Comercio No. 266 34 y 36 Col. San Ramón Nte.

www.thewhiteloft.mx @drastephanieleon

MANOMETRÍA DE ALTA

RESOLUCIÓN DE MEDTRONIC™

La función del esófago es muy importante, ya que realiza contracciones musculares que impulsan los alimentos hacia el estómago, independientemente de la posición en que se encuentre el cuerpo.

La manometría esofágica de alta resolución es una prueba diagnóstica que sirve para valorar la función motora del esófago y sus esfínteres. Es una variante de la manometría convencional.

Consiste en pasar una sonda muy delgada a través de la fosa nasal y llegar al esófago midiendo las presiones del mismo. Nosotros contamos con *el sistema de manometría de alta resolución de Medtronic*.

Este procedimiento mide las contracciones musculares rítmicas del esófago que se producen al tragar. También mide la fuerza y la coordinación que ejercen los músculos del esófago a medida que conducen los alimentos al estómago.

Es una solución de diagnóstico innovadora que utiliza los últimos avances en tecnología de detección:

- Esta prueba requiere tu colaboración, por lo que no necesitarás anestesia.
- Al contar con mayor número de parámetros analizables, te garantiza un diagnóstico mucho más confiable.



• Está elaborado para detectar una amplia variedad de enfermedades del esófago.

Las ventajas de la manometría esofágica de alta resolución con respecto a los sistemas de manometría convencional, se traduce en diagnósticos realmente certeros y específicos, sin puntos medios, ya que identifica alteraciones importantes no detectadas. *Es una técnica considerada como mínimamente invasiva.*

En la **CLÍNICA INTEGRAL DEL APARATO DIGESTIVO** contamos con el equipo más vanguardista del sureste mexicano.

¡ACUDE CON NOSOTROS!

OSWALDO
VALENCIA
CLÍNICA INTEGRAL DEL APARATO DIGESTIVO

Endoscopia Gastrointestinal, Cirugía Laparoscópica

Ced. Prof: 3175635 INCAN, ASGE. UADY

Mérida:

Tel: (999) 943 0596 y Cel: (999) 582 7202

Campeche:

(981) 813 3566

  Dr. Oswaldo Valencia

www.droswaldovalencia.com



MIOMATOSIS UTERINA

¿Qué es y cómo afecta la fertilidad?

Los miomas son tumores benignos que se forman en el músculo liso del útero. Su tamaño puede tener una gran variabilidad, pueden ser desde milimétricos hasta ocupar grandes espacios y ocasionar a nuestras pacientes diversos síntomas como son: Reglas con sangrados muy abundantes, dolor durante la menstruación, sensación de pesantez o presión pélvica.

Su presencia en la población femenina puede alcanzar un 20 a un 30%. Siendo los miomas subserosos los más frecuentes hasta en un 50%.

La aparición de miomatosis uterina en muchas ocasiones es un hallazgo durante un ultrasonido en la consulta ginecológica, muchas veces las pacientes no son conscientes de su presencia.

La edad de mayor frecuencia donde se diagnostican los miomas es entre los 30 y 40 años. Se desconocen las causas exactas de aparición de miomas, pero se sabe que su aparición y crecimiento están influenciados por las hormonas del ciclo menstrual, principalmente por los estrógenos. Un desequilibrio hormonal y el aumento del nivel de estrógenos en el organismo puede ocasionar que aparezcan los miomas. Es muy raro que después de la menopausia los miomas aparezcan, pero si ya se cuenta con ellos antes de la menopausia, después de ella los miomas no desaparecen.

Algo importante que hay que mencionar es el porcentaje de malignidad que pueden tener es <1%.

Hablando específicamente del tema reproductivo, ¿Cómo pueden afectar la fertilidad? Se menciona que solo un 1 a 3% de las mujeres con infertilidad presentan miomas como única causa de infertilidad. Los miomas que mayormente están relacionados con temas de fertilidad son los que son de tipo submucoso, ya que son este tipo los que pueden afectar con mayor facilidad la cavidad uterina. Otra forma en la que los miomas pueden afectar la fertilidad es que dependiendo de la localización donde se encuentren pueden ocluir las trompas de falopio ocasionando que no pueda llevarse a cabo la fecundación del óvulo y también si se encuentran cerca del endometrio o en el endometrio no permitan que este paso esencial se lleve a cabo, asociándose a abortos.



¿Cuál es el mejor tratamiento? Es una pregunta que me realizan con mucha frecuencia en la consulta y mi respuesta es la misma, dependerá de la edad de la paciente, localización del mioma, planes reproductivos y tamaño del mioma. Siempre será importante tener una valoración integral para realizar el mejor abordaje para la paciente, actualmente el gold estándar para el diagnóstico de miomatosis uterina es una resonancia magnética ya que nos permite visualizar con mucha claridad la localización, diferenciar de masas anexiales y poder realizar un adecuado plan de tratamiento quirúrgico, en caso de así requerirlo para la paciente.

El tratamiento puede realizarse con medicamentos, con cirugía de mínima invasión o cirugía abierta, cualquier modalidad de estos procedimientos dependerá de las necesidades de nuestras pacientes.

Si tu has sido diagnosticada con miomatosis uterina y quisieras una opinión al respecto sobre el tratamiento que te han ofrecido o te encuentras luchando con temas de fertilidad **te sugiero que tengas una adecuada valoración por alguien experto en el área.**



Dr. Roberto Ignacio Montiel Mora

Ginecología y Obstetricia Céd. Prof. 8693019 - UNAM
Urología Ginecológica. Céd. Prof. 10128760 - UNAM
Endoscopia Ginecológica Univ. La Salle. Certificado por el Colegio Mexicano de Ginecología y Obstetricia.

[f Urogine en Merida](#) [@dr.montiel.urogine](#)



Dr. Alejandro Sánchez Aranda

Especialista en Biología de la Reproducción Humana, Ginecología y Obstetricia con Maestría en Ciencias Didácticas de la Salud.
Céd. prof. 6727187 - Univ. SALLE Céd. Esp. 09291938 - UNAM
Céd. Sub. 11526686 - UNAM Céd. Mtr. 13218650 - Univ. ANÁHUAC

[@alejandrosanchezaranda](#)
www.dralejandrosanchezaranda.com

Dr. Mariana López Marrufo

Especialista en Biología de la Reproducción Humana, Ginecología y Obstetricia.
Céd. Prof. 8879669-MAYAB Céd. Esp. 11974847-UNAM
Céd. Sub. 12795348-UNAM

**Hospital Faro del Mayab
Consultorio 716**

Tel: (999) 510 4022

[@dra.mariana_lopez_marrufo](#)

[f Dra. Mariana López Marrufo](#)



¿Qué debes saber sobre una reconstrucción mamaria?



La reconstrucción mamaria se hace generalmente después de una mastectomía, cirugía para extirpar el tejido ubicado en uno o ambos senos. Esta remoción se hace, en la mayoría de los casos, para tratar el cáncer en esta zona. No obstante, hay otros motivos para realizar esta operación.

Proporciona principalmente una mejoría estética y una notable mejora en la imagen que la mujer tiene de sí misma. La opción de reconstruirse una mama es tan válida como la opción de no hacerlo, tratándose siempre de una decisión personal.

Este procedimiento se puede hacer a través de dos técnicas: La reconstrucción con implante, requiere un número menor de intervenciones que la reconstrucción con colgajo, ya que constará únicamente de una única cirugía en el pecho; y la reconstrucción autógena o con colgajo, en esta

reconstrucción se utilizan tejidos como piel, grasa y hasta músculo para crear la forma de la mama. También es considerada la opción de pedir que se recree el pezón y la areola de la mama reconstruida, si estas partes fueran extirpadas durante la mastectomía. Si bien la reconstrucción mamaria recrea la mama, no puede recuperar la sensación en la mama o el pezón. En algunos casos, la cirugía de reconstrucción incluye también la cirugía en la mama no afectada, a fin de igualar el tamaño y la forma de ambas.

Es posible hacer ambos procedimientos en la misma intervención. No obstante, se debe valorar que esto sea posible. En algunos casos, hacer ambas cirugías al mismo tiempo, tanto la mastectomía como la reconstrucción, facilita el proceso operatorio.

Es importante mencionar que no hay técnicas para la reconstrucción mamaria en la actualidad que incluyan sustancias inyectables. Esto solo pondrá en riesgo tu salud e incluso tu vida. Por ello la importancia de acudir con un especialista certificado.

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



DR. CARLOS MARENCO

Ced. Esp: 5472226 - UNAM

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



EL TRATAMIENTO TE ELIGE A TI

Las enfermedades del aparato locomotor son muchas y muy variadas ya que afectan a numerosas partes del cuerpo. No obstante, es cierto que existen una serie de patologías que se dan con mayor frecuencia.

El Traumatólogo es el especialista que trata las lesiones del aparato locomotor, ya sean éstas traumáticas, congénitas o adquiridas. Las lesiones traumatológicas pueden producir diversos síntomas, pero casi siempre hay un signo de alerta común: El dolor continuado y persistente en determinadas zonas del sistema musculoesquelético.

Los tratamientos pueden abarcar un amplio espectro de intervenciones, desde terapias farmacológicas hasta procedimientos quirúrgicos y medidas paliativas. Es fundamental comprender que el tratamiento debe ser un proceso colaborativo entre el paciente y el médico.

La elección del tratamiento adecuado para una determinada enfermedad o condición depende de varios factores, por ejemplo, el tratamiento será distinto de una persona a otra, ya que cada caso es particular. *Las enfermedades o dolencias se manifiestan de maneras diferentes en los individuos debido a factores biológicos, psicológicos, ambientales y sociales, al igual que puede ser diferente la respuesta de cada cual a un mismo medicamento debido a los factores antes señalados.* Además una enfermedad puede tener diferentes grados de severidad en personas distintas, debido a factores propios de la dolencia o el paciente.

También depende si lo que se padece es una enfermedad crónica o una lesión que acaba de ocurrir. El tratamiento también puede implicar



cambios en el estilo de vida, estos cambios pueden ser especialmente importantes en el manejo de enfermedades crónicas.

Entre las dolencias que trata un traumatólogo se encuentra la lesión de ligamentarias de rodilla, lesiones de menisco, lesiones de cartílago articular, lesiones deportivas, entre otras. En cambio, cuando hablamos de enfermedades crónicas como la osteoartritis, las condiciones de tratamiento son totalmente distintas.

Hoy, con un mayor conocimiento de las enfermedades, sus causas, mecanismos de producción y los cambios que éstas producen en el organismo, así como con el desarrollo de nuevos medicamentos y técnicas, el conocimiento de sus efectos en el organismo y sobre la enfermedad, tenemos una base adecuada y un arsenal terapéutico importante para tratar muchos problemas de salud.

***¡Recuerda que el dolor no es normal!
El movimiento es vida.***

Dra. Silvia Carolina Pérez Acal

*Alta Especialidad en Hombro y Rodilla, Artroscopia por la Universidad la SALLE. Especialidad en Ortopedia, Céd. Esp: 8536536 UNAM. Médico cirujano, Céd. Esp: 6244319 UADY. Maestría en Gestión Directiva en Salud . Céd. Prof: 11640085 Universidad Del Valle de México, Campus Zapopan.
Miembro del Consejo Mexicano de Ortopedia.*

PUEDES AGENDAR CITA CON NOSOTROS AL:

Tel.: 9992 25.60.25 / 999 454.00.84

**HOSPITAL STAR MÉDICA MERIDA, CONSULTORIO 905 HOSPITAL FARO DEL MAYAB CONSULTORIO 710.
www.solucionesortopedia.com**



INVISALIGN FIRST

Donde las sonrisas de los más pequeños toman el protagonismo

La salud bucodental es fundamental en todas las etapas de la vida, y es especialmente importante prestar atención a la correcta alineación de los dientes desde una edad temprana. En el caso de los niños, contar con una sonrisa sana y bien alineada no solo contribuye a su estética, sino también a su desarrollo oral y funcional. ***Es por ello que la ortodoncia infantil desempeña un papel crucial en el cuidado dental de los más pequeños.***

En la búsqueda de soluciones efectivas y cómodas para el cuidado dental de nuestros hijos, nos encontramos con **Invisalign First**, un tratamiento revolucionario que combina la eficacia de la ortodoncia temprana con la comodidad y la estética de los alineadores transparentes.

Invisalign First es un tratamiento de ortodoncia innovador y discreto para corregir problemas de maloclusión y alineación dental en niños.

Este sistema utiliza alineadores transparentes y removibles que se adaptan perfectamente a la dentadura en crecimiento. Ofrece una experiencia positiva para que, a medida que los niños crecen, sus sonrisas crezcan con ellos.

A diferencia de los brackets metálicos tradicionales, **Invisalign First** utiliza alineadores de plástico suave y transparente que son prácticamente invisibles. Estos alineadores están fabricados a medida para cada niño, lo que garantiza un ajuste preciso y cómodo. Además, son removibles, lo que permite una mayor comodidad al comer, cepillarse los dientes y realizar actividades cotidianas.

El tratamiento con Invisalign First se basa en el uso de una serie de alineadores personalizados que se van cambiando cada cierto periodo de tiempo.

The White Loft
Specialized Dental Institute

Cada juego de alineadores está diseñado para realizar pequeños movimientos dentales específicos, lo que permite que los dientes se vayan moviendo gradualmente hacia su posición deseada.

Sus características tratan una amplia gama de casos, entre los principales:

- Mordida cruzada anterior.
- Mordida cruzada posterior.
- Apiñamiento.
- Mordida abierta.
- Protrusión.
- Diastema.

El apiñamiento dental y los dientes torcidos resultantes pueden dificultar la limpieza, lo que lleva a la acumulación de placa y a un mayor riesgo de caries y enfermedad periodontal. Detener los problemas en desarrollo que pueden agravarse con el tiempo si no son tratados es muy importante. **El tiempo habitual de tratamiento es de hasta 18 meses, dependiendo de la gravedad del caso.**

Durante el tratamiento con **Invisalign First**, los niños deben llevar puestos los alineadores durante al menos 20 a 22 horas al día. Cada juego de alineadores se cambia según las indicaciones del especialista, lo que permite una progresión controlada del tratamiento.



Esta modalidad aprovecha la ventana de oportunidad durante el crecimiento de los huesos maxilares y la erupción de los dientes permanentes para intervenir de manera preventiva y corregir problemas de alineación dental en sus etapas más tempranas.

Entre los 6 y 10 años aparecen los primeros dientes definitivos y es cuando se puede considerar la opción de un tratamiento dental. A esta edad a los padres nos suele preocupar la alineación dentaria de los niños y es cuando los ortodoncistas debemos valorar qué tipo de tratamiento necesita el niño, si es que lo necesita.

El alineador transparente que lleva nuestro pequeño paciente nos permite corregir los problemas dentales y de mordida de forma temprana.

Sonrisas sanas y perfectas para los más pequeños con el tratamiento de ortodoncia Invisalign First.



The White Loft

Specialized Dental Institute



Dra. Maggie Richardi

Especialista en Ortodoncia y Ortopedia Dentofacial.

Ced. Prof: 7623509 - UAN

Teléfono: (999) 4819776

Avenida Cámara de Comercio #266 Col. San Ramón Norte

 @thewhiteloftmx  thewhiteloftmx

www.thewhiteloft.mx

CÓLICO RENAL

CAUSAS DE UN DOLOR REPENTINO

La causa principal del cólico en el riñón es una litiasis renal y suele presentar una incidencia elevada. Aunque la causa principal del cólico en el riñón es la litiasis, existen otras causas que se producen en el uréter, como coágulos, tumores, estenosis, malformaciones, material purulento e infecciones.

El cólico nefrítico es un dolor súbito y fuerte en la zona lumbar que aparece de forma brusca y no es continuo, sino que aumenta y disminuye. Se trata de un episodio agudo que se genera por una obstrucción en las vías urinarias que impiden que la orina siga su curso normal hasta la uretra. Como consecuencia de esta obstrucción se produce un dolor intenso a la altura del riñón en el costado, la cintura o en un lado del estómago.

A pesar de que el síntoma más importante del cólico en el riñón es el dolor en la zona de la cintura, también se suele irradiar a otras zonas como la vejiga y los genitales, pues dependerá de la zona donde se encuentre la oclusión. **Sin embargo, también presenta otras señales, tales como:**

- Náuseas y/o vómitos.
- Polaquiuria: Aumento de las micciones diarias, que al mismo tiempo, son de escasa cantidad.
- Disuria: Dolor o escozor al orinar.
- Hematuria: Aparición de sangre en la orina, pero no siempre es perceptible a la vista por lo que solo se puede determinar a través de análisis.



- Fiebre y sudoración fría.
- Anuria: Cuando se deja de miccionar, el síntoma de mayor gravedad.

Los cólicos renales se pueden clasificar en dos tipos diferentes. Por un lado, el cólico nefrítico simple, que es el más habitual y suele presentar los síntomas ya mencionados. Por otro lado, se encuentra el cólico renal complicado y supone una serie de complicaciones como infección urinaria, obstrucción en personas con un solo riñón y obstrucción bilateral.

Lo primero de todo, para conseguir un correcto diagnóstico de cólico en el riñón es la analítica clínica y las características del dolor, así como la exploración física, la cual solo se llevará a cabo por un médico especialista.

Acude con tu urólogo de confianza ante cualquier indicio de malestar con los síntomas antes mencionados.



Cirujano Urólogo / Especialista en Cirugía de Mínima Invasión

Céd. Prof. 7186582 UJAT Céd. Esp. 12247234 UADY

www.veluetaurologo.com

Whatsapp: (999) 267 0531

Email: dr.ivanvelueta@gmail.com

Star Médica, Consult. No. 831

Citas: (999) 286 2903

@dr.ivanarturovelueta

Dr. Iván Arturo Velueta

¿ CUÁNDO DEBO ACUDIR CON UN ONCÓLOGO MÉDICO ?

A lo largo de nuestra vida, todas las personas nos enfrentamos a desafíos que nos ponen a prueba en todos los aspectos posibles. Se dice que una de las situaciones más impactantes es el diagnóstico de cáncer, una noticia que nos modifica en todos los aspectos de nuestra vida. El cáncer no discrimina edad, género o estatus social, la prevención del cáncer es fundamental para reducir el riesgo de que sea mortal.

El oncólogo es un médico especializado en la prevención, diagnóstico y tratamiento de diversos tipos de tumores y cáncer. Este especialista determina el tipo de cáncer y planifica el tratamiento más adecuado los cuales pueden incluir la cirugía, radioterapia, quimioterapia e inmunoterapia.

Algunas situaciones en las que se recomienda consultar a un oncólogo incluyen:

- Antecedentes familiares de cáncer.
- Detección de un tumor o nódulo en una radiografía, ultrasonido, tomografía o resonancia magnética.
- Presencia de bulto en la mama o en los testículos.
- Sangrado en las heces fecales, orina o a través de la vagina.
- Heridas en la piel o mucosas que crecen o no cicatrizan.
- Lunares que cambian de color, forma o tamaño.
- Pérdida de peso sin motivo aparente y dificultad para tragar.
- Dolor pélvico frecuente, dolor o dificultad para orinar.
- Presencia de bultos en cualquier parte del cuerpo.



Siempre es importante comenzar un tratamiento lo más rápido posible. Planificar el tratamiento del cáncer siempre debe realizarse según el tipo y la etapa clínica del cáncer a tratar.

Es importante consultar al oncólogo para realizar las pruebas diagnósticas oportunas, según las características de cada persona, actualmente podemos detectar y tratar en etapas tempranas diversos tipos de cáncer gracias a la tecnología aplicada a esta enfermedad.

RECUERDA QUE PREVENIR ES VIVIR.

Una detección temprana del cáncer mejora las posibilidades de curación, acude con tu especialista.



DR. ADRIAN JUÁREZ VIDAL
ONCOLOGÍA MÉDICA

Ced. Esp: 13929938 -UCMH Ced. Prof: 9972523-MAYAB

Tel: (999) 762 3024
(999) 762 3025

CENTRO MÉDICO PENSIONES.

CONSULTORIO 319

**Calle 7 #215 A, Colonia García Ginerés,
Mérida, Yucatán**

¡Cirugías urológicas a pagos flexibles!

Promoción válida para cirugía de piedras, próstata, circuncisión láser, entre otras.

3 y 6

MESES SIN INTERESES

*Aplican restricciones.

Agenda tu cita hoy mismo.
(999) 611 7430



DR. JOSÉ AGUILAR MORENO
CIRUJANO URÓLOGO

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



Dr. Luis Miguel Estrada Figueroa
MEDICINA INTERNA
Cédula Profesional: 5088355-UNAM
"Atención médica integral con sentido humano"

Centro de Especialidades Médicas
Calle 60 No. 329 B
entre 35 y Av. Colón, Centro.
Consultorio 2

CLÍNICA LYMPHA
Calle 28 N°188-J
x19 y 21 Col. Gamá Ginerés

EME RED HOSPITALARIA
Calle 33 X 56 Y36-A
Centro
Consultorio 204

HOSPITAL FARO DEL MAYAB
CALLE 24 280, TEMEZON NORTE,
SANTA GEFTRUDDICOPO, 77113,
CONSUJICOPO Y31

SERVICIOS

- **SÍNDROME METABÓLICO**
(diabetes mellitus, hipertensión arterial, obesidad, colesterol y triglicéridos).
- **PROBLEMAS ENDOCRINOLÓGICOS**
(tiroides, suprarrenales, diabetes).
- **PROBLEMAS DIGESTIVOS**
(gastritis, colitis, reflujo).
- **INFECCIONES EN GENERAL**
(respiratorias altas y bajas, digestivas).
- **ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES**
(infartos, hipertensión arterial, insuficiencia cardíaca, arritmias).
- **ENFERMEDADES REUMÁTICAS Y AUTOINMUNES**
(lupus, artritis, gota, osteoartritis).

9999041457



DR. LUIS MIGUEL ESTRADA



MEDICINAINTERNALM



Dra. Maggie Richardi

DRA. MAGGIE RICHARDI
CÉDULA PROFESIONAL: 7623509 UAN

- Máster de Ortodoncia y Ortopedia Dentofacial.
- Experta en tratamientos con alineadores en niños, adolescentes y adultos.
- Casos complejos.

The White Loft
Specialized Dental Institute



The White Loft



thewhiteloftmx



(999)-4819-776

AV. CÁMARA DE COMERCIO #266 ENTRE 34 Y 36
COL. SAN RAMÓN NORTE MÉRIDA



OJO CON SUS OJOS

TECNOLOGÍAS PARA PROTEGER LA VISIÓN

Se estima que en el mundo hay alrededor de 216 millones de personas que viven con discapacidades visuales de moderadas a severas. Aunque la Organización Mundial de la Salud señala que hasta el 80% de la discapacidad visual alrededor del mundo se puede evitar con un mejor acceso a tratamientos, el número de personas ciegas o con visión baja se incrementa a medida que la población mundial envejece.

La asistencia para las personas con problemas de visión ha llegado muy lejos. Las herramientas modernas incluyen no solo dispositivos de mayor magnificación, sino también aplicaciones y otros productos que usan estímulos auditivos o táctiles, en vez de visuales.

Recuerda que cuidar nuestros ojos es fundamental para mantener una buena calidad de vida. Utilizar lentes adecuados puede ayudarnos a prevenir problemas visuales a largo plazo, mantener una visión clara y saludable:

Lentes antirreflejo. Estas lentes están diseñadas para reducir los reflejos y el cansancio visual causado por luces artificiales o naturales. Son ideales para personas que pasan mucho tiempo frente a una pantalla de computadora o que conducen de noche.

Lentes con luz azul. Son gafas que contienen lentes diseñadas específicamente para reducir la cantidad de luz azul que llega al ojo. Estos lentes filtran los rayos de luz azul para ayudar a evitar que entren en el ojo y causen daños potenciales.



Por lo general, las lentes de luz azul tienen un ligero tinte amarillo (para contrarrestar la luz azul), pero normalmente no se nota.

Lentes transiciones convencionales. Estas son micas inteligentes que entre sus principales características, resaltan la posibilidad de adaptarse a cualquier condición de luz, así que podrán pasar de un tono oscuro mientras estén en exteriores, a un tono totalmente transparente en interiores o lugares de poca luz.

Las lentes con protección UV son aquellas que tienen la capacidad de filtrar la radiación ultravioleta (UV) del sol, protegiendo así los ojos de posibles daños. Esta protección es importante, ya que la exposición prolongada a la radiación UV puede causar problemas oculares a largo plazo, como cataratas o degeneración macular.

El modo lectura en los dispositivos celulares puede reducir de manera efectiva la luz azul y ajustar la pantalla para mostrar colores más cálidos, lo cual alivia la fatiga visual y protege la vista.

Este tipo de instrumentos permiten que las personas que piensan que han tenido que dejar de realizar ciertas actividades puedan volver a disfrutar de su vida normal.

DRA. GUADALUPE CONCEPCIÓN CANUL ESTRELLA

Cirujano Oftalmólogo, Oculoplástica

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

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

 *Oftalmología Dra. Lupita Canul*  *@dra.canul*



Toma de protesta del **Dr. José Miguel Aguilar Ríos** como presidente del Colegio Yucateco de Ortopedia y Traumatología (CYOT).

Bienio 2024-2025.



Sentados, Dr. Mario Ramos González, Dr. Hernán Ramírez Mena, Dr. Enrique Novelo Arceo, Dra. Nelsy Contreras Pantoja, Dra. María Gpe. Martínez Hernández, Dr. José Miguel Arcángel Aguilar Ríos, Dr. Drusso López Estrada, Dra. Ivonne Rivadeneyra Pérez, Dra. Alejandra Juárez Oseguera y Dr. Jorge Alberto Osorno Gómez ; y de pie, Dr. Leonardo Sebastián Ortiz Aguilar, Dr. Normando Cob Garma, Dr. Rosendo Rañon Rodríguez, Dr. José Víctor Carreón Ferreyra, Dr. Javier Eduardo Espinosa Valencia, Dr. Pablo Alan Aguilar Gorostieta, Dr. Adrián Guillermo Chan Cisneros, Dr. Alberto Méndez Ancona, Dr. Miguel Montero Quijano, Dr. José Alfredo Palma Velázquez, Dr. José Antonio Figueroa Cucurachi, Dr. Carlos Rene Benítez Rodríguez, Dr. José Ramsés Cruz Meléndez, Dr. Emilio de Jesús Miam Viana, Dr. Pablo Enrique Martín Gamboa, Dr. Edgardo Arredondo Gómez, Dr. Miguel Ángel del Pilar Ávila Ramos, Dr. Miguel Ángel Pérez Marín, Dr. Aarón Igor Pacheco Gúmez, Dr. Daniel Escudero Torres, Dr. Erik Martínez Hernández, Dr. Adrián Donaciano Lizama de Lille, Dr. Hugo Ramírez Hernández, Dr. Carlos Humberto Vera Torres, Dr. Juan Ramón Escalante Magaña, Dr. Jesús Alberto Díaz ramos y Dr. Moisés Kantun Sánchez.

En el bello estado de Yucatán, el día 23 de febrero de 2024 en el salón Libano, se llevó a cabo la **toma de protesta del Colegio Yucateco de Ortopedia y Traumatología A.C.**

El **Dr. José Miguel Aguilar Ríos** asumió el cargo como presidente de este prestigiado colegio para el **bienio 2024-2025**, sustituyendo de esta manera al Dr. Carlos Benítez Rodríguez, quien desempeñó una excelente labor. Como en cada periodo, se mantuvo la diligencia de las actividades y programas establecidos, así como nuevas propuestas de trabajo con el **objetivo de proporcionar apoyo en el proceso de actualización médica y de brindar servicio a la comunidad.**

Durante el evento, se contó con la presencia de distinguidas personalidades, Dr. Drusso López Estrada, vocal del sureste de la FEMECOT en representación del Dr. Dario Garín, presidente de la FEMECOT. Dr. Alberto Cervera Azcorra, en representación del Lic. Mauricio Vila, gobernador del Edo. de Yucatán y del Dr. Mauricio Sauri, Secretario de Salud. A la Dra. María Elena González Álvarez presidente del Colegio de Médicos de Yucatán, A.C. y del Dr. Hernán Ramírez Mena presidente del Colegio de Médicos Especialistas en Ortopedia y Traumatología de Yucatán.



En el presidium: Dra. María Elena González Álvarez, presidenta del Colegio de Médicos de Yucatán; Dr. Carlos Benítez Rodríguez, presidente saliente; Dr. Alberto Cervera Azcorra, representante de Servicios de Salud de Yucatán; Dr. Drusso López Estrada, vocal de la Federación Sureste; Dr. Hernán Ramírez Mena y el Dr. José Miguel Aguilar Ríos, presidente entrante.



Licda. Dulce Escarpulli, representante de Laboratorio Expanscience, el CYOT agradece su compromiso con el colegio y el Dr. José Miguel Aguilar Ríos, presidente entrante.



Integrantes del Colegio Yucateco de Ortopedia y Traumatología A.C. durante la toma de protesta de la nueva mesa directiva 2024-2025.



El Dr. José Miguel Aguilar Ríos, presidente entrante, entrega reconocimiento a Roberto Rodríguez Loeza. Gerente regional de Implantfix. **"Agradecemos todo el apoyo brindado a este cambio de mesa directiva".**

¿CUÁNTO VALE TU SALUD?

Dicen que quien la tiene, no sabe lo que vale y quien no la tiene daría todo por ella, o que es un tesoro que vale oro. La pregunta es, ¿Cuánto vale? Y si abundamos la pregunta sería, ¿Tenemos ahorros para pagar lo que cuesta curar una enfermedad mayor?

Nuestra salud es el motor con el cual hemos forjado nuestro patrimonio a través de los años y del cual dependemos para seguir trabajando y seguir construyendo nuestro futuro, entonces, si ese motor con el que has logrado tantas cosas estuviera en peligro o peor aún, si la salud de alguna de las personas que más quieres estuviera en peligro, ¿Qué harías? ¿Qué venderías de tu patrimonio? ¿Tu coche? ¿Tu casa? ¿El terreno? O ¿Cuánto podrías pedir prestado? **¿Cuánto cuesta tratar una enfermedad seria o una estancia en el hospital?**

Este es el costo promedio de los padecimientos más costosos

Enfermedades cubiertas	Costo promedio por año
Cáncer	\$ 409,332.00
Meningitis	\$ 377,727.00
Cirugías del corazón	\$ 360,633.00
Aneurisma Cerebral	\$ 198,489.00
Complicaciones del emb	\$ 196,648.00
Ataque al corazón	\$ 135,394.00

Este es el costo promedio de los padecimientos más frecuentes

Enfermedades cubiertas	Costo promedio por año
Columna	\$ 254,078.00
Divertículos intestinales	\$ 121,756.00
Várices	\$ 86,554.00
Mioma Uterino	\$ 62,014.00
Hernia Inguinal	\$ 61,578.00
Quioste Ovárico	\$ 58,984.00

Hoy en día en México el costo promedio en terapia intensiva en un hospital privado ronda entre los \$80,000 y \$100,000, el paciente no tiene certeza de cuánto tendrá que pagar por su tratamiento.

Sabemos que en la sociedad hay un prejuicio grande sobre el seguro de Gastos Médicos Mayores y esa es una de las razones por las que la gente no los tiene, sin embargo, hoy queremos romper ese prejuicio que ha impedido que mucha gente esté protegida porque la importancia de tenerlo va más allá de lo que creemos saber.

Un seguro de Gastos Médicos **te brinda la certeza de la cantidad máxima que pagarás por cualquier padecimiento que llegaras a desarrollar o por accidentes**, te da la capacidad de poder pagar la mejor atención para los que más quieres, de los que cuidas y de ti que eres la cabeza del hogar, te protege de perder todo el patrimonio que tienes y que posiblemente no alcanzaría para terminar un tratamiento. El seguro de Gastos Médicos te brinda:

"Todos conocemos a alguien que ha perdido mucho o todo por la salud, por no tener los recursos para tratar una enfermedad o accidente"



- Acceso a atención médica de calidad y te asegura de recibirla cuando la necesitas.
- Te cubre de los costos de enfermedades o accidentes como pueden ser: Consultas, estudios, medicinas u hospitalizaciones.
- Te protege de los gastos inesperados y potencialmente abrumadores de una enfermedad, accidente o cirugía.
- Te da acceso a medicina preventiva y descuentos en farmacias y laboratorios.
- Te brinda flexibilidad en elección entre doctores y hospitales.
- Te da la paz mental de que tú y tus seres queridos tendrán la mejor atención sin preocuparte por lo que se tenga que pagar.

Todos conocemos a alguien que ha perdido mucho o todo por la salud, por no tener los recursos para tratar una enfermedad o accidente. **No esperes a tener una emergencia médica para tomar acción**, la protección de tu familia y tuya es lo más valioso, investiga las opciones disponibles y contacta a un agente de seguros que te presente propuestas que cubran tus necesidades para tomar una decisión informada sobre un seguro de gastos médicos adecuado **para ti y tu familia**.

Yo soy agente certificado por la Comisión Nacional de Seguros y Fianzas y las mejores aseguradoras, con más de 8 años sirviendo a personas a proteger lo que más aman y asesorándolos para el uso de sus protecciones cuando las necesitan usar, y será un compromiso para mí tener tu confianza para apoyarte junto con mi equipo a tener las propuestas e información que necesites para tomar la mejor decisión, abajo encontrarás nuestra información, contáctanos y **protégete ya**.

AGENTE DE SEGUROS

Héctor José Rodríguez Corona
Cédula Y333716- CNSF



9991633701

¡Agenda tu Asesoría!





NO DEJES PARA

MAÑANA TODAS

Las SONRISAS

QUE PUEDES REGALAR HOY

CONTAMOS CON ESPECIALISTAS EN:

- Odontología general y estética - Rehabilitación
- Ortodoncia - Cirugía oral - Endodoncia - Periodoncia
- Implantes - Odontopediatría.

Dra. Vanessa Peraza Martín & asociados
Ced. Prof. 13791542 - UADY

ENGLISH SPOKEN

CONTACTANOS:

(999) 334 1652

(999) 946 6444

@Quality_Dental @qualitydentalmid
www.qualitydental.mx

Calle 50 Num. 313 local 7 por 51 y 53 Francisco de Montejo.



Especialidad en MEDICINA INTERNA

Diagnóstico, tratamiento y prevención oportuna de las enfermedades en adultos.

DRA. PRISCILA SANCHEZ
Ced. Exp. 1046006 - UADY

La Medicina Interna atiende problemas de:

- Diabetes, hipertensión, dislipidemia.
- Sistema cardiovascular.
- Aparato genitourinario.
- Sistema respiratorio.
- Aparato digestivo.
- Valoración preoperatoria.

Unidad Médica de Especialistas

Citas: 9999 45.77.08

Cel: 9993 65.02.13

Consultorio en UME

@dra.priscilasanchezmendieta

f Dra. Cynthia Priscila Sánchez Mendieta

AGENDA:



¡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

Afiliado al: CMA Centro Médico de los Américos



@dr.carlosbenitezortopedista
carlosbenitez.ortopedista

EDIFICIO PLATINO

MEDICINA ALTERNATIVA HOLÍSTICA

DR. JOSÉ A. RODRÍGUEZ GAMBOA

NUESTROS SERVICIOS

- Acupuntura.
- Quiropráctica.
- Biomagnetismo.
- Hemovacuna.
- Entre otros.

HORARIOS

LUNES A VIERNES

8:00 am a 1:00 pm

Y DE

4:00 pm a 7:00 pm

SÁBADOS

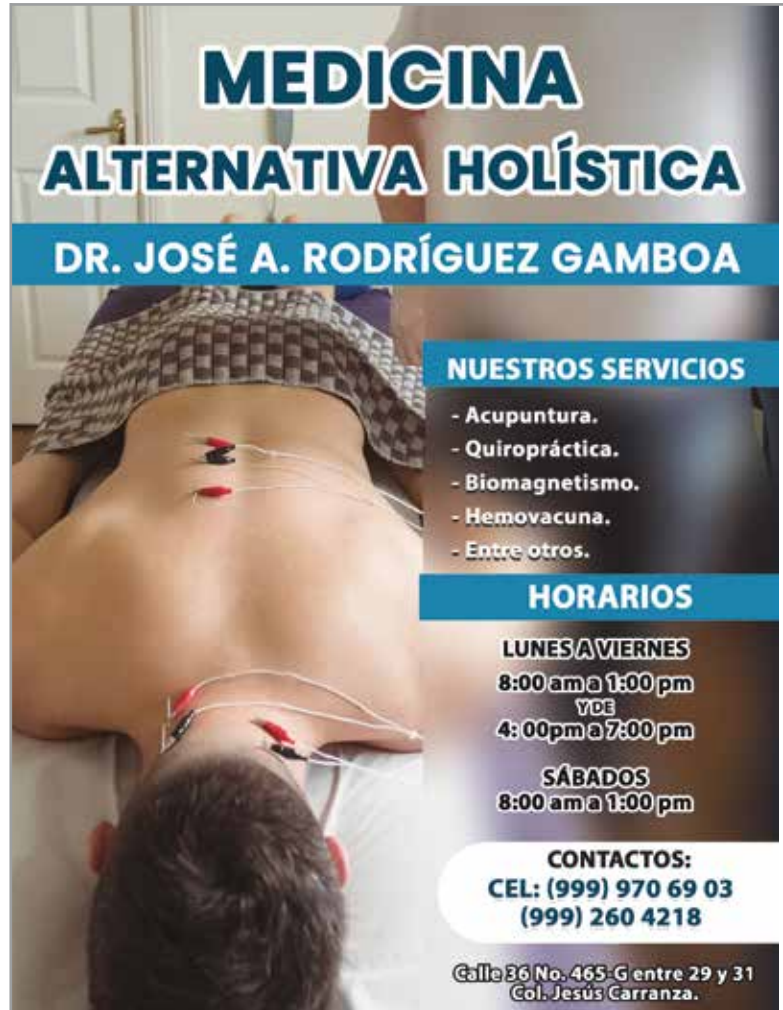
8:00 am a 1:00 pm

CONTACTOS:

CEL: (999) 970 69 03

(999) 260 4218

Calle 36 No. 465-G entre 29 y 31 Col. Jesús Carranza.



MÉTODO ANTICONCEPTIVO

¿Cuál es el mejor para mí?



Existen diferentes métodos anticonceptivos que podemos utilizar dependiendo de cuáles sean nuestras necesidades o el momento de la vida en el que nos encontramos: ¿No queremos tener hijos por ahora pero queremos tenerlos en un futuro? ¿No queremos tenerlos definitivamente?

El método anticonceptivo que elijas dependerá de tus objetivos reproductivos. **Si estás planeando un embarazo en un futuro próximo**, es posible que desees un método que se pueda detener fácilmente o que sea rápidamente reversible, como un método hormonal de corta acción o un método de barrera.

Si deseas evitar el embarazo durante un período más largo, puedes considerar un método de acción prolongada, como el dispositivo intrauterino. **Si estás segura de que nunca deseas quedar embarazada**, podrías preferir un método permanente, como la esterilización. Es posible que te funcionen diferentes opciones de anticonceptivos en diferentes etapas de tu vida.

Debes de considerar elegir un tipo de anticonceptivo que se adapte a tu estilo de vida. Para algunas personas, la forma más conveniente de control de la natalidad puede ser una que sea fácil de usar, que no tenga efectos secundarios molestos o que no interrumpa la experiencia sexual.

Es importante mencionar que no sólo debemos de considerar si deseamos un embarazo o no, sino también tener **protección contra las enfermedades de transmisión sexual.**

Los preservativos masculinos y femeninos son los únicos métodos anticonceptivos que ofrecen una protección fiable contra las infecciones de transmisión sexual. Para que sea eficaz, todo método anticonceptivo debe utilizarse de manera constante y correcta.

Conocer tus opciones es definitivamente parte del proceso de decisión, pero una evaluación honesta de ti mismo y de tus relaciones es igual de importante al decidir qué tipo de anticonceptivo es el adecuado para ti.

Acude con tu especialista de confianza. El te acompañará en este proceso y resolverá todas tus dudas.



DR. ÁLVARO CÁMARA AYUSO

Gineco-Obstetra/Oncología Ginecológica

Ced. Especialidad: 0025709 UADY

Tel: (999) 926.61.77

Urgencias: (9999) 47.92.31

Edificio 3 consultorio 2.

Permiso S.S.A. 31AV0042016

RESECCIÓN LAPAROSCÓPICA DEL COLON



Es una cirugía que se utiliza para extirpar parte o la totalidad del intestino grueso, también conocido como colon. Esta cirugía trata diversas afecciones como obstrucción intestinal debido a tejido cicatricial, enfermedad diverticular, enfermedades inflamatorias intestinales como la enfermedad de Crohn o la colitis ulcerosa y el cáncer de colon, entre las principales.

Las personas que se someten a una cirugía de colon a menudo deben enfrentarse a una recuperación larga y difícil, porque los procedimientos "abiertos" tradicionales son sumamente invasores.

En la mayoría de los casos, el especialista debe hacer una larga incisión. Dicha cirugía requiere de una estadía hospitalaria promedio de una semana o más y por lo general seis semanas de recuperación, es por esto que la resección del colon con la técnica laparoscópica ofrece grandes beneficios.

La resección laparoscópica del colon es una cirugía de mínima invasión que permite que los cirujanos realicen muchos procedimientos comunes de colon a través de incisiones pequeñas. Según cuál sea el tipo de procedimiento,

las personas pueden irse del hospital en unos pocos días y volver a actividades normales más rápidamente que las personas que se recuperan de la cirugía abierta.

En la mayoría de las resecciones laparoscópicas de colon, los cirujanos operan a través de cuatro o cinco aberturas pequeñas (cada una de aproximadamente un cuarto de pulgada) mientras observan una imagen magnificada de los órganos internos en una pantalla.

El especialista estudiará el caso de cada persona en particular, ya que no está indicada en todos los casos concretos, habiendo contraindicaciones (personas con múltiples cicatrices abdominales, tumores muy avanzados, patología cardiovascular grave, etc.) que hacen que deba ser valorada su factibilidad.

Recuerda que siempre se debe de seguir las indicaciones del médico especialista y realizar un seguimiento adecuado después de la cirugía.




DRA. CARLA RUBY BEYLÁN VÁZQUEZ

Cirugía General y Laparoscopia
Ced. Prof. 4450262 BUAP Ced. Esp. 7201764 UADY

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

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

Cel: (999) 575 4049

 Cirugía General, Dra. Carla Ruby
Beylán Vázquez

 @dra.carlabeylan

LA IMPORTANCIA DE UN ESTUDIO PRENUPCIAL



Antes de unir tu vida a otra persona, es necesario realizarse los análisis prenupciales por diversos motivos de suma importancia, con esto se muestra tu compromiso de cuidar y proteger a tu pareja, lo que fortalece el vínculo emocional, y sobretodo preservar la salud de ambas partes.

Poco antes de que se realice un enlace matrimonial, la pareja debe someterse a exámenes prenupciales, es decir, pruebas para determinar si los tipos de sangre son compatibles y que no existan Infecciones de transmisión sexual como VIH, sífilis, entre otras. Suelen realizarse poco tiempo antes de realizar la boda civil, pues este procedimiento lo dictamina el registro civil. Es importante mencionar que la vigencia de los exámenes es de 2 semanas.

La prueba determina si la pareja tiene compatibilidad en el grupo sanguíneo y en el factor Rh.

Esto interviene en el momento de tener hijos, las consecuencias por incompatibilidad afectan a la madre y al bebé, y puede ocasionar diferentes complicaciones.

Otra razón importante por la cual debemos hacernos estas pruebas, son las infecciones de transmisión sexual, si uno de los contrayentes tiene una ITS como lo es el VIH o VDRL (sífilis), es necesario que su pareja lo sepa además de que si un resultado sale alterado (positivo y/o reactivo) *no es posible emitir el certificado médico y al no tener el certificado se deben hacer otros procedimientos que manda el registro para poder casarse.*

Es recomendable que la persona con ITS siga el tratamiento adecuado y en pareja tomen las medidas necesarias para tener una vida sexual segura. Posteriormente, si deciden tener hijos, sigan las medidas necesarias para evitar el contagio al futuro bebé.

Estas pruebas permiten detectar afecciones médicas en una etapa temprana, lo que facilita el tratamiento y mejora las perspectivas de salud. Más vale prevenir que lamentar.

**ACUDE CON:
PRO-BIOS**

LABORATORIO DE ANÁLISIS CLÍNICOS

QFB. Juan Alvar Alfaro Villanueva

Especialista en análisis clínicos

Ced. Prof: 8661158 - UADY

Tel: (999) 197 2924

Avenida Jacinto Canek No. 612 por 98 y 100

CLINICA UME

Calle 69 No. 461 por 54 y 56 Centro.

f Laboratorio de Análisis Clínicos Pro-Bios



CÁNCER Y VIRUS PAPILOMA CERVICOUTERINO HUMANO

*Por una lucha que nunca termina,
¡es tiempo de prevenir!*



¿QUÉ ES EL CÁNCER CERVICO-UTERINO?

El cáncer de cuello uterino es un cáncer que se origina en las células del cuello del útero; se forma, por lo general, de manera lenta a lo largo del tiempo. En México es el segundo cáncer más diagnosticado y la segunda causa de muerte en mujeres apartir de los 30 años. Es un cáncer tratable si se detecta de manera temprana y oportuna.

¿CÓMO SE PUEDE DIAGNOSTICAR ÉSTE CÁNCER?

Dentro de los métodos diagnósticos para éste tipo de padecimiento está la citología cervical (prueba que consiste en tomar una muestra de células del cuello uterino y su visualización directa al microscopio, utilizando una tinción especial llamada Papanicolaou). Otras técnicas de utilidad son la colposcopia y toma de biopsias dirigidas.

¿EXISTE RELACIÓN CON EL VIRUS DEL PAPILOMA HUMANO?

El cáncer cervicouterino está asociado con la infección por el Virus del Papiloma Humano (VPH), que se transmite por contacto sexual. Se cree que el VPH es la causa de cerca del 90 % de los cánceres de cuello uterino y ano, de cerca del 70 % de los cánceres de vagina y vulva.

¿CÓMO PUEDO PREVENIRLO?

Actualmente existe una vacuna que protege contra 9 serotipos del Virus de Papiloma Humano que pueden causar éste cáncer; se aplica a hombres y mujeres de los 9 a los 45 años disminuyendo así el riesgo.

CONTÁCTAME PARA MÁS INFORMACIÓN

C.P. 8538354 | C.E. 13350532
Universidad Veracruzana
Universidad Autónoma de Yucatán

999 769 2940

ginecoeduardoreyes.com

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

Dr.
Eduardo
Reyes
ginecólogo



RINOPLASTIA

Luce un perfil armonioso



La rinoplastia es una cirugía que permite aumentar o disminuir el tamaño de la nariz, durante este procedimiento se puede cambiar su forma y solucionar problemas de obstrucción del aire.

La nariz está compuesta en la parte superior por hueso y la parte inferior por cartilago. **Con una rinoplastia se puede modificar la piel, el hueso y el cartilago para generar la apariencia deseada.** Con esta cirugía se busca mejorar la armonía facial de tal forma que la nariz luzca lo más natural posible.

El propósito de una rinoplastia generalmente es mejorar su estética en uno o varios puntos de la nariz.

Se recomienda la rinoplastia estética luego que el hueso de la nariz ha terminado de crecer por completo, **eso sucede en las mujeres luego de los 15 años y en los hombres luego de los 17.** Al planificar el procedimiento, se consideran

tus otros rasgos faciales, la piel de la nariz y lo que te gustaría cambiar. Si eres candidato para la rinoplastia, tu especialista elaborará un plan personalizado para ti.

Todas las cirugías tienen riesgos pero afortunadamente, **los riesgos de la rinoplastia son pequeños y las complicaciones son poco frecuentes.**

Es preciso que transcurra un tiempo para valorar el resultado de una rinoplastia. Se estima que los tejidos necesitan este plazo para estabilizarse, al igual que las cicatrices para madurar.

La rinoplastia es una operación destinada a corregir aspectos estéticos y funcionales de la nariz. Acude con tu especialista de confianza, juntos elaborarán un plan acorde a tus gustos y necesidades.

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

EQUIPO SHAPE

Alberga a un equipo de renombrados cirujanos plásticos y reconstructivos con
Especialidad en Cirugía Plástica y Reconstructiva.

Dr. Roberto de Anda Gómez - Céd. Prof. 5432367-UADY Céd. Esp. 10509068-UNAM
Dr. Allende Omar Pérez Novelo - Céd. Prof. 2986014 -UADY Céd. Esp. 5114013-UDG
Dr. Eduardo Medina Flores - Céd. Prof. 7248976-MAYAB Céd. Esp. 12015373-UDG
Dr. Gilberto Medina Flores - Céd. Prof. 6240072 -MAYAB Céd. Esp. 10554897-UDG

 **SHAPE**[®]
Instituto de Cirugía Plástica, Estética & Reconstructiva.

Calle 4 136, Residencial Montecristo, 97133, Mérida, Yucatán
Tel.: (999) 761 9839 WhatsApp: (999) 544 9198

 ShapeMexicoOficial  @shape.mx  www.shapecirugia.com

**FB FARMACIAS
BAZAR** M.R.

ACUMULA Y
OBTÉN PIEZAS

GRATIS*

Con tu Tarjeta de
Beneficios Bazar

**FB FARMACIAS
BAZAR.**

PREMIA SU PREFERENCIA

PROGRAMA DE BENEFICIOS



Adquírela en cualquiera de nuestras sucursales

*Consulta los productos participantes, vigencias, términos y condiciones en www.farmaciasbazar.com

SERVICIO A DOMICILIO
iGRATIS!

SIN MÍNIMO DE COMPRA

*CONSULTA NUESTRAS ZONAS DE REPARTO

OSWALDO VALENCIA

CLÍNICA INTEGRAL DEL APARATO DIGESTIVO

Ced. Prof. 3175635 INCAN, ASGE

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



TENEMOS EL EQUIPO MÁS VANGUARDISTA DEL SURESTE MEXICANO

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

Endoscopia Flexible Avanzada:

-Panendoscopia, - Colangiopancreatografía (CPRE),
Colonoscopia.

- **Manometría - PHmetría**

- **Cápsula endoscópica**

- **Litotricia de vías biliares.**

ULTRASONIDO ENDOSCÓPICO OLYMPUS PREMIER PLUS

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



Permiso S.S.A. 31S008X



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

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

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

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



**ABASTECEDOR[®]
HOSPITALARIO**
DEL SURESTE

Siempre dispuestos para atenderte



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



¡Ahora contamos con nueva Sucursal en Ticul!

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

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

CENTRO

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

SUCURSAL CHUMINOPOLIS

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

SUCURSAL COL. MÉXICO

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

SUCURSAL FCO. DE MONTEJO

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

TIENDA VILLAS DEL RÍO

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

TIENDA ESPECIALIDADES

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

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

SUCURSALES EN CAMPECHE ABREN SÁBADO DE 9 AM A 2 PM