

Salud & Vida

EL ENFOQUE MÉDICO HUMANO

YUCATÁN-CAMPECHE

EN PORTADA:

Dra. Mónica Cámara

Especialista en Pediatría con Subespecialidad en Nefrología Pediátrica.

PRESENTANDO:

LITIASIS RENAL EN NIÑOS

Una realidad que debe ser atendida



SEPTIEMBRE 2025 AÑO 18

EJEMPLAR GRATUITO

¿NO VE CON CLARIDAD?
Las cataratas podrían ser el problema

Dra. Guadalupe Canul Estrella

¿Sabes qué es la
EPIGENÉTICA?

Lic. Lily Cárdenas Garza

Viviendo **CON LUPUS**
Tu especialista en reumatología te puede ayudar

Dr. Ángel Alejandro Castillo Ortiz



**NETWORKING
RELATIONSHIP**
Las mejores prácticas comerciales en un solo lugar

EF Equilibrio
Farmacéutico

10 de octubre 2025 WTC MEXIQUENSE

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



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
Únicamente con tarjeta Banamex



Te bonificamos tus compras

1% Al pagar con transferencia bancaria
tendras descuento sobre el subtotal.
Aplica en una sola exhibición.



Visita nuestras sucursales

Chetumal

Av. Belice, Esq. San Salvador
No. 262, Col. David Gustavo, Othón P.
Blanco, Chetumal, Quintana Roo, C.P.
77017
Tel: (983) 131 4937 - (983) 115 5271

Playa del Carmen

Col. Gonzalo Guerrero MZ 113
LT 19 Mz. Constituyentes entre 40 y 45 Av.
C.P. 77720, Playa del Carmen, Solidaridad
Tel: (984) 191 2423 - (984) 303 8043

Valladolid

Calle 42 N° 219 x 45 y x 47, Local 6 y 8,
Colonia San Juan, C.P. 97780, Valladolid,
Yuc.
Tel: (985) 107 8125 - (985) 856 6225

Campeche

Calle 57 No. 41 entre 14 y 16, Col.
Centro, San Francisco de Campeche,
Campeche C.P. 24000
Tel: (981) 816 8184 - (981) 127 1166

Mérida

Calle 65 No. 424, local 6 y 7, Col.
Centro, Mérida, Yucatán, C.P. 97000
Tel: (999) 925 3088 - (999) 243 0402

Cancún

Av. José López Portillo SM, 66
MZA 87, entre Bonampak y Av. Puerto
Juárez, Cancún, Q. Roo, C.P. 77500
Tel: (998) 221 0199 - (998) 684 0424

Tizimín

Calle 55 x 52 y 54 No. 417
Local 1, 2, 3 y 4, Col. Centro, Tizimín,
Yucatán, C.P. 97700
Tel: (985) 107 0499 - (986) 866 2473



¡Escanear para saber más!

Publicidad dirigida a profesionales de la salud



@equilibriofarmacéutico



@EQF_MX



@eqf_mx



Equilibrio Farmacéutico



Equilibrio Farmacéutico



Soy_EQF



Llegamos a **Mérida** con una misión:

Estar contigo cuando más nos necesites

Entendemos que la salud no es solo ciencia, sino **cercanía** y **confianza**: en la salud y en la enfermedad, estamos a tu lado.



Urgencias
24/7



Check-ups
personalizados



Atención para
toda la **familia**



Medicina de
especialidad

LICENCIA SANITARIA 24-AM-31050-0002 LICENCIA DE FUNCIONAMIENTO 49617



C.149 ext. tablaje catastral
27790, Lote Comisaría
Chichí Suárez, Mérida, Yuc.



(999) 838-2719 Ext. 2001/2002



(999) 738-1348

Síguenos
en redes.



EDITORIAL SALUD Y VIDA

Come bien, vive bien.

Una ingesta de alimentos saludable y equilibrada son elementos clave para tener un buen bienestar físico y mental. Nuestra alimentación nos aporta los nutrientes que el organismo necesita para funcionar correctamente, además nos ayuda a prevenir una multitud de enfermedades.

Una dieta rica en fibra, frutas y vegetales, acompañada de buenos hábitos como la hidratación y el ejercicio, fortalece el sistema inmunológico, mejora la digestión y ayuda a mantener un peso adecuado.

Llevar una sana alimentación a lo largo de los años nos ayuda a tener un envejecimiento con una buena calidad de vida. Con ello, podremos reducir enormemente el riesgo de padecer enfermedades asociadas a la edad.

Beber la cantidad de agua suficiente al día ayuda a regular la temperatura corporal, mejora la digestión y nuestro rendimiento físico y mental. Además, es fundamental para eliminar toxinas y mantener todo nuestro organismo en buen estado.

En la edición de este mes, contamos con la presencia de la Dra. Mónica Cámara, Nefróloga Pediatra, presentando el tema **"Litiasis Renal en niños. Una realidad que debe ser atendida"**. La incidencia de litiasis en niños es menor que en adultos, pero las consecuencias pueden ser graves.

Debemos tener en cuenta que los síntomas pueden ser diferentes en cada niño e incluso no presentar sintomatología muy evidente. Por ello, ante la sospecha, es fundamental acudir con tu especialista. El consumo de agua es importante a cualquier edad, pero crear el hábito desde la infancia puede ayudarnos a reducir el riesgo de padecer enfermedades que afecten los riñones.

Tu salud es lo más importante, por eso te brindamos acceso a la información de los mejores profesionales de la salud, profesionales de otras importantes áreas de interés, laboratorios, farmacéuticas, y ¡muchas otras más!

Gracias por acompañarnos en una edición más.



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

S&V Salud & Vida®
El enfoque médico humano

EQUIPO EDITORIAL

- LIC. JOSÉ LUIS PRECIADO
DIRECTOR GENERAL
- LAE. PILAR ORTIZ
DIRECTORA COMERCIAL
- ING. ALFONSO DE JESÚS RUIZ HERNÁNDEZ
DISEÑO Y PUBLICIDAD
- YEYETZI JIMÉNEZ
COORDINADORA DE VENTAS
- ENF. ISRAEL ARMANDO BARBUDO MARTÍNEZ
JEFE DE DISTRIBUCIÓN

COLABORADORES

- LIC. STEPHANY ALEJANDRA PALACIOS MARTÍNEZ
- CARLOS BAQUEIRO
FOTOGRAFO
- MARIANA SOPHIA QUIÑONES BAQUEIRO
ASISTENTE DE FOTOGRAFÍA

18
Años Contigo

¡CONTÁCTANOS!

-  Revista salud y vida
-  @revista_saludyvidamx

Teléfonos:
(999) 900 0298 (999) 352 5207

www.revistasaludyvida.com.mx
revistasaludyvida@hotmail.com

**ENCUENTRA TU EJEMPLAR GRATIS
EN LOS SIGUIENTES LUGARES:**

MÉRIDA



CAMPECHE



CERCA DE HOSPITALES

PASMIERA

RESIDENCIAL

LOTES RESIDENCIALES PREMIUM EN

PASEO NORTE

LA AVENIDA MÁS PRESTIGIOSA DE MÉRIDA

Desde \$2,175,000

AVANCE
DE OBRA
50%

AMENIDADES

- Gym
- Cámaras CCTV
- Circuito jogging
- Pet park
- Sala de juntas
- Alberca
- Juegos infantiles
- Jardín central
- Terrazas grill
- Caseta de acceso
- Seguridad 24/7
- Estacionamiento visitas
- Salón multiusos
- Cerco eléctrico
- Ludoteca



UN DESARROLLO DE
EMEKA

PASMIERA.MX

999 102 0934

Escanea el código QR
y agenda tu visita hoy mismo

Que la **"inquietud"** de nuestros pequeños se escuche y se tome en cuenta

¿Mi hijo necesita acudir con UN PSIQUIATRA?

Como padres es difícil imaginar que en algún momento nuestro hijo, sea niño o adolescente, pueda atravesar por determinadas situaciones en donde las emociones pueden hacerse más graves o duraderas de lo normal.

En el crecimiento y desarrollo de los niños y adolescentes, a menudo surgen desafíos emocionales y conductuales que pueden llegar a preocuparnos. Pero, ¿Cómo saber cuándo es el momento adecuado para buscar la ayuda de un especialista?

Si notas que tu hijo está constantemente triste, irritable o presenta cambios bruscos de humor, podría ser una señal de que está lidiando con problemas emocionales como la depresión o la ansiedad. Estos cambios pueden afectar su bienestar y desarrollo diario.

La ansiedad en los niños y adolescentes puede manifestarse de muchas formas, como miedos irracionales, preocupación constante, o incluso ataques de pánico. Dificultad para conciliar el sueño, despertares nocturnos frecuentes o pesadillas recurrentes pueden ser indicativos de problemas emocionales. El sueño es esencial para el desarrollo y la salud mental de los niños.

Alteraciones significativas en el apetito o el peso de tu hijo sin una causa aparente pueden ser señales de trastornos alimentarios o problemas emocionales.

Estos cambios pueden impactar su salud física y mental. Las dificultades académicas, falta de concentración, o cambios en el rendimiento escolar pueden ser indicativos de estrés, ansiedad, o problemas de aprendizaje.



En la mayoría de los casos los padres cumplen un papel importante en la detección e intervención del problema, por lo que su participación, de manera adecuada, es un factor protector para los hijos.

Si notas que el comportamiento de tu hijo ha cambiado, se vuelve más retraído o parece perturbado por algo, es momento de llevarlo con el psiquiatra infantil. Y no te preocupes por el qué dirán, la salud mental en los hijos es igual de importante que su salud física.

Cuando el niño es demasiado pequeño para expresar su sentir en palabras, mostrará su malestar psicológico de una manera completamente diferente, a través de comportamientos que no son comunes en él.

No dudes en buscar el consejo de un psiquiatra infantil cuando la situación lo requiera. Que la incomodidad del pequeño se escuche y se tenga en cuenta. Si siente que entienden su sufrimiento, inmediatamente se sentirá tranquilo y aliviado.

Papás, recordemos que la salud mental es muy importante para el bienestar de nuestro pequeño.



Médico Psiquiatra Especialista en Psiquiatría Infantil y de la Adolescencia
Ced. Prof. 4656154 UADY Ced. Subesp.9663015 UNAM

Informes al:

Teléfono: (999) 386 9552 Celular: (999) 442 8652

TU SALUD ES MI PRIORIDAD

Dra.
ariana

Alejandra Gómez De La Cruz
MÉDICO GENERAL

Ced. Prof. 11680055 Universidad Anahuac Mayab

Si necesitas una consulta médica,
seguimiento de enfermedades
crónicas o check up.

Estoy para ayudarte

**PORQUE PREVENIR
ES MEJOR**

📍 Dra Mariana Gomez de la Cruz
📧 @dramarianagomez



CÉNIT
Medical Center

Consultorio 718
piso 7. Calle 15 #501
por 18 y 22 Altabrisa.

☎ (999) 112 2048
☎ (999) 9127 245



TU SALUD es lo más importante
ponla en las MEJORES MANOS

Dr. Martín Rosas

Cirugía general y laparoscópica
Céd. Prof. 9788981-AUC Céd. Esp. 12796340-UADY



Si PRESENTAS DOLOR no
dudes EN ACUDIR con tu
ESPECIALISTA de confianza

Te apoyo en:

- Hernias Abdominales.
- Hernias Inguinales.
- Apéndice / Apendicitis.
- Estómago e Intestino.
- Cirugía de Urgencias.
- Lipomas.
- Vesícula Biliar.
- Cirugía Laparoscópica.
- Cirugía de hemorroides y fistulas.

Citas al (999) 263 6378

📧 Cirujamartinrosas@gmail.com 📧 @dramartinrosascirujano
📍 Dr Martín Rosas Cirugía General - Laparoscópica

📍 Hospital Amerimed Mérida consultorio 513
143 est. 500aje colabral 27196, lote Comasara, Chichí Suárez, 97000 Mérida, Yuc.



Dr. Aarón Trujillo

Cardiología Clínica e Intervencionista

Certificado Consejo Mexicano de Cardiología No. 3773
Céd. Prof. 09072086 - UCC Campus Calazanz
Céd. Esp. 10425649 - UASLP.

**EL CUIDADO DE
TU CORAZÓN
ES LO QUE NOS UNE**

Tel: (999) 993 7044



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

HOSPITAL
Star Médica Consult. 521

Un trato especializado
**ACUDE A TU CHECKUP
Ginecológico**



**DRA. Martha Alejandra
Flores Rejón**
Ginecología & Obstetricia

Especialista en ginecología y obstetricia. Diplomado en
colposcopia y patología del tracto vaginal.
Céd. Prof. 10180017-UNFV. ANAHUAC MAYAB Céd. Esp. 12990793-UADY

Mis Servicios

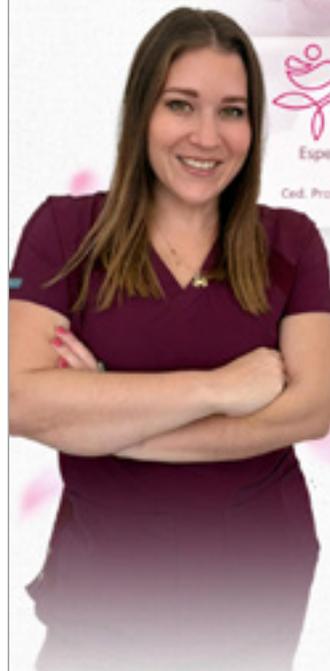
- Consulta ginecológica
- Control Prenatal
- Papanicolaou
- Planificación familiar
- Cirugía ginecológica
- Menopausia y climaterio

Citas: 999 275 3757

Visítanos en MID HEALTH

📧 @dra.marthaob

📍 Dra. Martha Flores Ginecología y Obstetricia



¿ SABES QUÉ ES LA EPIGENÉTICA ?

Se le conoce con este nombre a una de las ramas de la genética que estudia factores que no modifican directamente nuestros genes, si no la manera en la que estos se expresan.

La diferencia entre ADN y EPIGENÉTICA es que la información que contiene el ADN se llama "genotipo" y es la misma para todas nuestras células, sin embargo, la expresión de esa información puede ser distinta según el estado en que se encuentre la célula u otros factores, y a esto se le llama "fenotipo".

La información genética seguirá siendo siempre la misma desde que nacemos hasta que morimos. Pero por otro lado, la epigenética se encarga de estudiar la manera que tienen de producirse las diferentes expresiones y los factores (estrés, tipo de alimentación, hábitos diarios, cambio climático, etc.) que lo provocan sin modificar el ADN.

Todo esto es sólo el paisaje que pinta el mundo científico en torno a la epigenética. Los últimos descubrimientos en este campo son bastante asombrosos, por ejemplo, un estudio trabaja sobre los recuerdos y la capacidad de heredarlos.

La epigenética también ha resuelto algunas cuestiones referentes a la obesidad e incluso a la manifestación de ciertas patologías psicológicas, además, la cura para las misteriosas enfermedades relacionadas con el envejecimiento prematuro tienen sus apuestas en esta rama científica.

El tema novedoso es que los descubrimientos del Dr. Bruce Lipton indican que la mente controla las funciones del cuerpo y eso implica que nuestros cuerpos pueden ser modificados a medida que cambiamos nuestra manera de pensar.

Está comprobado que nuestras emociones interactúan con infinitud de probabilidades y éstas afectan a las células de nuestros cuerpos contribuyendo a la expresión de diferentes potenciales genéticos, por lo tanto, si controlamos cómo pasan las cosas controlamos también lo que somos, esta es la utilidad más preciada de la epigenética, pues se ha descubierto un mundo nuevo dentro de la genética de la cual aún queda mucho por explorar y obtener información.

Por estas y más razones, la epigenética se está haciendo de un lugar prioritario y privilegiado en el mundo de la ciencia, apuntando a lo que será la nueva era de avances científicos.

Lilí
ARMONÍA ESTÉTICA

Xepixlife®

Lic. Lily Cárdenas Garza

Licenciatura en Nutrición UANL. Maestría en Síndrome Metabólico y Obesidad. Diplomado en Epigenética y Nutrigenética.
Céd. Prof. 9479650 UANL Ced. Esp. 11138962 Univ. Modelo

Centro Médico Especializado, Polígono 108

Lilí Armonía Estética @liliarmoniaestetica

Permiso Cofepris: 2331012002A00087 Permiso Publicidad: 2331012002A00095

WHATSAPP



9993-01-48-00





The White Loft

Specialized Dental Institute

SONRÍE CON CONFIANZA, TE
AYUDAMOS CON TU SALUD DENTAL

Dra. Maggie Richardi

ESPECIALISTA EN ORTODONCIA Y ORTOPEDIA DENTOFACIAL

Ced. Prof: 7623509 - Universidad Autónoma de Nayarit.
Universidad de Santiago de Compostela.

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

📍 Avenida Cámara de Comercio #266 entre 34 y 36 Col. San Ramón Norte ☎️ (999) 481-9776

🌐 www.thewhiteloft.mx 📱 TheWhiteLoftMx 📍 The White Loft

¡La Prevención Salva vidas!

RECIBE LA ATENCIÓN ESPECIALIZADA
QUE NECESITAS



**DR IVÁN ARTURO
VELUETA**
CIRUJANO URÓLOGO

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

📱 **Whastapp: (999) 267 0531**

Star Médica Consultorio. No. 629

AMERIMED Hospitals Consultorio. No. 402

📍 Dr. Iván Arturo Velueta 📱 @dr.ivanarturovelueta
dr.ivanvelueta@gmail.com www.veluetaurologo.com



Dra. Sara
Castorena

¿Problemas de AUDICIÓN?

Obtén un diagnóstico y tratamiento certero

Dra. Sara Castorena

Audióloga, Otoneuróloga y fonoiatra
Ced. Prof. 9513095 IPN-ESN Ced. Esp. 12455568 UNAM

Especialista en:

- Audiología niños y adultos.
- Vértigo.
- Sordera.
- Zumbido de oídos.
- Adaptación de auxiliares auditivos.
- Audiometría.

INFORMES AL:

☎️ **(999) 949 4424**

📍 **CLÍNICA OASIS**

Calle 31ª número 238 x 24 y 26
Colonia. Miguel Alemán

📱 @audiologia.drasaracastorena
📍 Dra. Sara Castorena Audiología,
Otoneurología y Foniatria.

ENDOSCOPIA NEUROQUIRÚRGICA

Una maravilla de la medicina

Uno de los avances más recientes en el **abordaje de lesiones profundas del sistema nervioso central** es la aplicación de la endoscopia. Esta técnica ha permitido reducir la morbilidad y mortalidad, acortar el procedimiento quirúrgico y la anestesia con postoperatorio más benigno.

La endoscopia neuroquirúrgica es una técnica mínimamente invasiva que utiliza un endoscopio para diagnosticar y tratar diversas patologías del sistema nervioso central, ofreciendo ventajas significativas en comparación con la cirugía tradicional.

Un endoscopio es un instrumento tubular con una cámara, para visualizar y realizar procedimientos dentro de las cavidades internas del cerebro y la médula espinal.

Esta técnica permite realizar intervenciones quirúrgicas con un menor daño a los tejidos circundantes, lo que se traduce en una recuperación más rápida y menos complicaciones para el paciente.

La neuroendoscopia se utiliza en diversas patologías, tales como:

- **Hidrocefalia:** Tratamiento de obstrucciones en el flujo del líquido cefalorraquídeo mediante técnicas como la ventriculostomía endoscópica.
- **Tumores:** Remoción de tumores intracraneales o lesiones profundas que son difíciles de alcanzar con técnicas tradicionales.

El abordaje quirúrgico del sistema nervioso siempre ha constituido un gran reto en la medicina, debido a las características anatómicas del encéfalo y la médula. Estructuras complejas y altamente sensibles que están cubiertas, tanto en el cráneo como en la columna vertebral.

La apertura y cierre en las intervenciones quirúrgicas de cráneo y columna consumían más del 70% del tiempo quirúrgico, con grandes manipulaciones, prolongados tiempos quirúrgicos de anestesia y postoperatorios complejos.

El desarrollo científico y tecnológico ha permitido avances tanto en el enfoque diagnóstico como en el tratamiento quirúrgico.

La endoscopia neuroquirúrgica es una técnica invasiva mínima que ha beneficiado al paciente y ha mejorado en forma significativa el tratamiento de algunas condiciones.

Dr. Luis Alberto Ramírez López

Cirugía Neurológica, Cirugía Cerebro - Vascular y Cirugía de Columna Vertebral.

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

CITAS: (999) 947 2495

HOSPITAL STAR MÉDICA
Consultorio 417
Fraccionamiento Altabrisa.

HOSPITAL FARO DEL MAYAB GRUPO CHRISTUS MUGUERZA
Consultorio 711
Fraccionamiento Altabrisa.

CLÍNICA CAMED CUPULES



Luis Ramírez Neurocirujano Cirugía de Columna



@dr.luisramirezneurocirujano



www.dr.luisramirezlopez.com



La seguridad de **VIVIR TRANQUILO TÚ Y TU FAMILIA**

¿Y tú ya cuentas con un buen seguro?



Cada etapa de tu vida es especial, ya que cuentas con diferentes niveles de ingresos, gastos, necesidades y responsabilidades, al igual que contratiempos que pueden cambiar tus planes.

En la actualidad, los seguros son una herramienta fundamental para proteger nuestros bienes y patrimonio ante cualquier imprevisto que pueda surgir, pero no nos tomamos realmente el tiempo para saber **¿Cómo son y para qué sirven?** Desde un incidente común como un accidente menor de tráfico, hasta una enfermedad grave, contar con una garantía que te respalde puede marcar la diferencia entre afrontar una situación difícil con tranquilidad o tener que hacer frente a grandes gastos y preocupaciones.

En un mundo donde las enfermedades están a la orden del día, tener un adecuado seguro de gastos médicos se convierte en un gran respaldo financiero donde te cubre desde una emergencia de salud hasta una enfermedad de largo plazo.

A la hora de salvaguardar tus bienes, tu salud o tu futuro financiero, **es importante conocer muy bien las opciones disponibles.** Cada uno está diseñado para cubrir riesgos específicos y ayudarte a evitar situaciones inesperadas que puedan afectar tu economía.

Existen enfermedades sumamente caras, con exorbitantes costos de tratamiento que pueden llegar a superar los 6 millones de pesos. Una póliza de gastos médicos te permite armar un plan de acuerdo a los hospitales en los que prefieras ser atendido, acorde a tus requerimientos y posibilidades .

¿Has pensando cuánto necesitas para tu retiro? ¿Sabes que los seguros van más allá de solo amparar tu auto? ¡Incluso tu casa puede quedar protegida! No te preocupes, **nosotros podemos tener una plática enfocada en esos requerimientos que no sabías que tenías.**

¿Eres Médico? Probablemente a lo largo de los años te han ofrecido muchas propuestas, pero ¿En realidad te has tomado el tiempo para analizar una decisión que te convenga y te respalde? O por el contrario, ¿Cuentas con una propuesta que ya no satisface tus necesidades?

Nosotros te podemos asesorar, te presentamos propuestas distintas, claras. ¿Consideras que es el momento para tomar una buena decisión para el futuro de tus seres queridos? No dejes para mañana decisiones importantes.

Elegir qué es lo que más te conviene no es tarea sencilla. Por eso, **te asesoramos con todo gusto y la mejor disposición.** Te brindamos las coberturas que de verdad necesitas. ¿Y si tienes un siniestro? Seguiremos a tu lado asesorándote en todo el proceso.

Los imprevistos no avisan, simplemente suceden. No lo dejes a la suerte.

Trabajamos en soluciones financieras para ti.

C. P. JOSÉ ANTONIO SOLIS UC

Contador Público con Experiencia en Impuestos y Finanzas. Designación APS Asesor Profesional en Seguros en 2024. Céd. Prof. 6894890 para CP Céd. Esp. C332773 Riesgos Personales y Familiares. Universidad Facultad de Contaduría y Administración UADY.

INFORMES

(999) 192 2406 (999) 493 0958 C. 26 89E, Itzimná, 97100 Mérida, Yuc.

Destino Futuro @Destinofuturoseguro dfuturo00



¿No ve con claridad?

Las CATARATAS podrían ser el problema



Las cataratas son una de las causas más frecuentes de pérdida de visión, se deben a la pérdida de transparencia del cristalino, la lente natural del ojo.

Si tiene cataratas, el cristalino se nubla. Es similar a mirar a través de un parabrisas empañado o empolvado. Con cataratas, las cosas pueden lucir borrosas, nubladas o menos coloridas.

La mayoría de cataratas relacionadas con la progresión de la edad, se desarrollan gradualmente. Como resultado, es posible que no se perciban de inmediato los cambios en la visión o las señales de cataratas en su estado temprano de desarrollo.

Estos son algunos cambios en la visión que se desarrollan cuando se padece esta afección:

- Visión borrosa
- Ver doble o nublado por el ojo con cataratas
- Mucha sensibilidad a la luz (especialmente a los faros de automóvil por la noche)
- Tener dificultad para ver bien de noche o necesitar más luz para leer
- Ver los colores brillantes atenuados o amarillentos

Existen varias razones por las que pueden desarrollarse cataratas. Algunas están relacionadas con la edad, mientras que otras se relacionan con el estilo de vida o afecciones médicas, como la exposición a la luz solar, lesiones y cirugías oculares, antecedentes familiares de cataratas, entre otros.

El tratamiento definitivo sigue siendo quirúrgico. La cirugía de las cataratas es en la actualidad un proceso rápido e indoloro, altamente efectivo y con escasos riesgos.

La operación de cataratas consiste en aspirar el contenido del cristalino opacificado y reemplazarlo por una lente intraocular. Las lentes intraoculares están en constante evolución tecnológica, tanto en su diseño como en los materiales.

Si experimenta visión borrosa, deslumbramiento o dificultad para ver de noche, no ignore las señales.

Las cataratas son progresivas y no desaparecen por sí solas. El diagnóstico temprano puede prevenir complicaciones y ayudarle a recuperar su calidad de vida.

Las cataratas son una afección ocular común, pero tratable. Comprender los síntomas y acudir con su especialista puede marcar una gran diferencia.



Dra. Guadalupe Canul Estrella

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

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

Tel: (999) 920 4320 Cel: (9993) 34 2652

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



RVE
Dr. Ray Vivas Estrada

Al cuidado de TU SALUD GASTROINTESTINAL

Dr. Ray Vivas Estrada

Especialista en Cirugía General,
Gastroenterología y Cirugía Laparoscópica
Ced. Prof: 2961722-UADY Ced. Esp: 4281424-UADY

Agenda tu Cita al:
☎ (999) 927 2101 ☎ (999) 220 9070

Visítanos

📍 **CLÍNICA PROVIDENCIA**
Calle 33 no. 486-D x 48 y 50 Col. Jesús Carranza.
Tel: (999) 109 8536

📍 **HOSPITAL STAR MÉDICA**
Consultorio 901 Entrando por 902
Tel: (999) 220 9070

🌐 www.gastrocirugiamerida.com.mx
📱 Gastroenterólogo. Dr Ray Vivas Estrada



Dr. Montalvo
CIRUJANO DENTISTA

Dr. Gabriel Rodríguez Montalvo
CIRUJANO DENTISTA
ced. prof 10936465 UADY

Diplomado en psicoterapia cognitivo conductual por el Centro Internacional de Posgrados folio: 23503 Dic. 2023
Manejo integrativo de trastornos temporomandibulares y craneocervicales en atención primaria. UADY Julio 2023.

EXPERTO EN:

- Limpieza dental
- Cirugías
- Endodoncias
- Muelas del Juicio
- Blanqueamiento
- Extracciones
- Resinas
- Dolor y fisioterapia dental

CITAS: (999) 476 6983

📍 **GRUPO MÉDICO ASTUR**
Calle 21 número 10 B x 24 y 26
Kanasín, Centro.



DR. JOSÉ MIGUEL A. AGUILAR RÍOS
Certificado por el Consejo Mexicano de
Ortopedia y Traumatología.
Ced. Prof: 499238 UADY Ced. Esp: 9486399 UADY

**VIVE SIN
DOLOR
NO PIERDAS TU
MOVILIDAD**

CITAS: (999) 925.55.08
URGENCIAS 24 HRS. (9993) 51.22.65

SERVICIOS

- Artroscopia.
- Lesiones deportivas.
- Reemplazos articulares.
- Fracturas.
- Viscosuplementación.
- Prótesis de rodilla.
- Prótesis de cadera.

CONSULTORIO 204-B
Calle 7 No. 215-A x 32 y 34
Col. García Ginerés

HORARIO:
Lunes a Viernes: 17:00 a 20:00 hrs.
Martes y Viernes: 10:00 a 13:00 hrs.



Un Diagnóstico Certo y Tratamiento Adecuado

Tu Bienestar En Manos Expertas

**DR. JESÚS
CARRANZA SARMINA**
CIRUGÍA CARDIOTORÁCICA
Ced. Prof: 10008 UADY Ced. Esp: 10008 UADY

Especialista en:

- Broncoscopia.
- Enfermedades infecciosas pulmonares.
- Deformidades de la pared torácica.
- Cáncer de pulmón.
- Estenosis Traqueal.
- Fracturas Costales.

Citas al: (999) 949 0897

📍 Clínica de Mérida **HOSPITAL FARGO DEL MAYA**

📱 Dr Jesús Carranza Sarmina 📧 @drjesuscarranzasarmina

¿Por qué siento los OÍDOS TAPADOS?

Si alguna vez has volado en un avión, conducido por las montañas o has estado enfermo de un resfriado, es probable que hayas tenido que lidiar con la incómoda sensación de taponamiento en los oídos.

La sensación de oídos tapados puede tener múltiples causas, la mayoría de ellas benignas. Sin embargo, es esencial estar atentos a los síntomas que podrían indicar una condición más seria. Si la sensación de oído tapado se acompaña de dolor intenso, fiebre, pérdida de audición significativa o secreción, es fundamental acudir con tu especialista para una evaluación adecuada.

Las infecciones del oído, también conocidas como otitis, son una afección común que afecta a personas de todas las edades, especialmente a los niños. Se caracterizan por presentar inflamación y dolor, puede afectar al oído externo, oído medio y al oído interno.

La razón más común por la que los oídos se sienten obstruidos o tapados se debe a un problema con los pequeños canales que conectan los oídos, la nariz y la garganta, llamados trompas de Eustaquio.

La trompa de Eustaquio es un tubo que se conecta al espacio detrás del tímpano y drena en la parte posterior de la nariz. El propósito de los tubos es permitir que el líquido drene desde detrás del tímpano para prevenir traumatismos o infecciones y también regular la presión del aire entre el ambiente y el oído medio.

Estos tubos normalmente están cerrados pero se abren al masticar, tragar o bostezar. Esto equilibra naturalmente la presión en el oído medio. Sin embargo, si estos conductos



se estrechan o se bloquean debido a una enfermedad o afección, es posible que sienta congestión e incluso experimente una pérdida auditiva temporal en los oídos que no parece desaparecer.

La cera protege el oído, pero en exceso puede formar un tapón y bloquear el canal auditivo. Esto provoca sensación de taponamiento, zumbido o pérdida temporal de audición. No se recomienda usar hisopos, ya que pueden empeorar el problema.

Al volar, bucear o subir a gran altitud, la presión externa cambia y puede afectar el oído medio. Si la trompa de Eustaquio no se ajusta bien, aparece la sensación de oído tapado o dolor. Bostezar, tragar saliva o hacer ciertas maniobras puede ayudar.

El oído se encarga tanto de captar como de percibir todos los sonidos. Se trata de un órgano sumamente delicado, con una sensibilidad extrema, de modo que es importante saber cómo cuidarlos.



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

Citas: (999) 567 5050 Urgencias: (999) 390 2652

Visítanos en:



Consultorio 10 Planta Baja
Calle 60 x Av. Col. Colón, Num.
32B, Centro, Mérida, Yuc.
Tel: (999) 920 0088



Consultorio 213
Av. 7 Num. 215-A X 32 y 34, Col.
García Ginerés Mérida, Yuc.
Tel: (999) 920 7525
Ext. 213



LITIASIS RENAL EN NIÑOS

Una realidad que debe ser atendida

La Litiasis Renal es una enfermedad crónica caracterizada por la formación de piedras (cálculos) en los riñones, las cuales están conformadas por sales y minerales.

Dichas piedras pueden desplazarse a las vías urinarias y vejiga ocasionando la obstrucción parcial o total de la orina, lo que puede dar lugar a casos graves como una insuficiencia renal.

Estas estructuras o masas sólidas que se acumulan en los riñones pueden variar en tamaño y en composición, ya que pueden estar formadas por distintas sustancias, como calcio, oxalato, ácido úrico o fosfato.

Es importante vigilar si nuestros pequeños presentan la siguiente sintomatología:

- Orina de color rosada, rojo o marrón.
- Vómito y náuseas.
- Fiebre.
- Infecciones en vías urinarias.
- Dolor abdominal intenso.
- Necesidad constante de orinar.
- Cristales en el examen de orina.

El tratamiento de los cálculos renales dependerá de diversos factores, como la edad del niño, el tamaño y la localización de los cálculos, así como la gravedad de los síntomas.

En muchos casos, se pueden recomendar medidas conservadoras, como aumentar la ingesta de líquidos y prescribir analgésicos para aliviar el dolor.

No obstante, en caso de litiasis de mayor tamaño, puede ser necesario recurrir a la cirugía para eliminar las piedras más grandes o aquellas que no se pueden eliminar de otra forma.

La incidencia de litiasis en niños es menor que en adultos, pero las consecuencias pueden ser graves.





Las causas de los cálculos renales en niños son muy variadas, pueden estar relacionadas con diversos factores como la deshidratación, ciertas enfermedades metabólicas, anomalías de la vía urinaria, infecciones urinarias recurrentes o la práctica de hábitos no saludables.

Debemos tener en cuenta que los síntomas pueden ser diferentes en cada niño e incluso no presentar sintomatología muy evidente. Por ello, ante la sospecha, es fundamental acudir con tu especialista.

Te comparto estas recomendaciones para evitar padecimientos renales. Cuida tus riñones y los

de tus pequeños con estos sencillos consejos que les ayudarán a mantenerse saludables.

- Dieta baja en sodio y rica en frutas y verduras.
- Ingesta adecuada de agua, evitando bebidas azucaradas y refrescos.
- Actividad física regular para mantener peso saludable.
- No automedicarse y evitar abuso de analgésicos.

El consumo de agua es importante a cualquier edad, pero crear el hábito desde la infancia puede ayudarnos a reducir el riesgo de padecer enfermedades que afecten los riñones.

Los cálculos renales en niños son una afección que requiere atención y cuidado.

Es esencial conocer los síntomas, buscar un diagnóstico preciso y seguir las indicaciones de un experto para abordar esta condición de manera adecuada, con la finalidad de encontrar la mejor opción de tratamiento.

Soy la **Dra. Mónica Cámara**, si detectas alguno de estos signos en tus pequeños, visítame, será un gusto poder ofrecerte toda la información correspondiente, así como un diagnóstico y tratamiento adecuados.

Dra. Mónica Cámara

Especialista en Pediatría con Subespecialidad en Nefrología Pediátrica.

Ced. Esp. 12545678 UADY Ced. Sub. 13033276 UNAM

Citas: (999) 437 7005

Urgencias: (999) 256 9914

 **Clínica Ad Medicals**

Calle 12 diagonal, No. 315.
Residencial San Carlos.



**TU SALUD ES
IMPORTANTE**

Servicios Médicos
SEMIS SA de CV

EQUIPOS ESPECIALIZADOS PARA UN
BUEN DIAGNÓSTICO

RADIOLOGÍA DIGITAL

Dr. Ricardo M. Ortega Santana

Tec. Prof. en Radiología - Ced. Prof. 2545875

ESTUDIOS DE GABINETE

-  Rayos X
-  Mastografía
-  Ultrasonido de alta resolución
-  Rayos x
A domicilio 24 hrs.



CITAS Y EMERGENCIAS

 (999) 900 1275  (999) 925 4339

 Calle 35 por Av. Reforma #526D Mérida Yuc.
(A una cuadra de la plaza de Toros)

 Radiología Digital SEMIS

25 AÑOS DE
EXPERIENCIA

I-xem Medical

**¡Tus PIES merecen el
MEJOR CUIDADO!**
Camina con confianza y comodidad

Dr. Iván Díaz Campos

Médico General / Médico Podólogo
Ced. Prof. 1194025-UMG "Campus Tabasco"

TRATAMIENTOS

-  Consulta podológica.
-  Pedicura clínica preventiva.
-  Tratamiento de fascitis plantar con láser.
-  Hongos y enfermedades de las uñas.
-  Curaciones podológicas.
-  Uñas enterradas.
-  Extracción de uñas.
-  Tratamiento podológico con láser.
-  Podoscopia digital 3D.
-  Plantillas



INFORMACIÓN AL

TEL: (999) 638 5502

Calle 23 #488, entre calle 56 y 54,
Colonia Terranova, 97253, Mérida, Yucatán.



**EL BIENESTAR
DE TUS HIJOS
EN MANOS EXPERTAS**



**URGENCIA
24 horas**

 (999) 947 3700

Dr. Arsenio E. Hernández Flota

CIRUJANO PEDIATRA

Ced. Prof. 1248711-UMG - Ced. Esp. 2111129-UMG (NOR-SALUD)

30 AÑOS DE EXPERIENCIA EN
Cirugía Neonatal, Cirugía Urológica,
Oncológica y de Tórax.

 Cirujano Pediatra, Dr. Arsenio E. Hernández Flota  @arsenio_hdez  @chenohdez@prodigy.net.mx

 **Clinica de Mérida**

 Consultorio: (999) 925 9944

 Tel: (999) 489 7619  Citas: 942 1800 Ext. 1394

 **Star Médica** Consultorio 626  (999) 943 5333

www.cirujanopediatradrsarsenio.com

**URÓLOGO
EN MÉRIDA**

Dr. José Manuel Michel

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

ESPECIALISTA EN:

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


Dr. José Manuel
Michel Ramírez
Urología y Cirugía



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

www.drjmichelurologo.com

 @drjmicheluro  @drjmichelurologo



DISEÑO *de* SONRISA

Armonía, Salud y Belleza

Por la Especialista Marcela Reyna Téllez - BucalDent

¿Te imaginas sonreír con seguridad, sabiendo que tu sonrisa refleja lo mejor de ti? El diseño de sonrisa es un tratamiento personalizado que mejora la estética dental y facial, devolviendo armonía y funcionalidad.

¿QUÉ ES EL DISEÑO DE SONRISA?

Es un conjunto de procedimientos estéticos y funcionales que transforman la forma, color, tamaño y posición de los dientes para lograr una sonrisa natural, saludable y acorde a tu rostro.

¿PARA QUIÉN ES?

Ideal para personas que desean mejorar la apariencia de su sonrisa debido a dientes desgastados, manchas, fracturas, espacios entre dientes, encías visibles o mala alineación dental. También es perfecto para quienes buscan una transformación estética integral.

¿EN QUÉ CONSISTE?

Todo comienza con una evaluación clínica, fotos, radiografías y un estudio digital para conocer tus necesidades. Como especialista en rehabilitación bucal y estética, analizo cada caso de forma integral,

trabajando con un equipo interdisciplinario para ofrecer resultados duraderos y funcionales.

¿QUÉ OPCIONES EXISTEN?

- Blanqueamiento dental
- Carillas
- Resinas inyectadas
- Coronas estéticas
- Ortodoncia o alineadores invisibles
- Recontorneo de encías
- Rehabilitación completa de la sonrisa

En **BucalDent**, te acompañamos en cada paso con un enfoque profesional y humano. Evitamos plásticos de un solo uso y te ofrecemos productos amigables con el medio ambiente para el cuidado bucal.



Dra. Marcela Reyna Téllez

ESPECIALISTA EN REHABILITACIÓN
BUCAL Y ESTÉTICA

Ced. Prof. 11532423 Univ. MODELO
Ced. Esp. 12811726 Univ. ANÁHUAC



Agenda tu cita y descubre cómo una sonrisa diseñada con amor y precisión puede cambiar tu vida.

Citas: (999) 218 2494

BUCALDENT - TODAS LAS ESPECIALIDADES DENTALES EN UN SOLO LUGAR

📍 Calle 16 #237, entre 5 y 7, Vista Alegre Mérida, Yuc.

📘 Bucaldent 📱 @Bucaldentmx 🌐 bucaldent.my.canva.site



MORPHEUS8

LO MÁS INNOVADOR PARA TU PIEL



A través de resultados visibles, descubrirás cómo **Morpheus 8** puede ayudarte a combatir la flacidez, las arrugas y otras imperfecciones, logrando una piel más tersa, uniforme y rejuvenecida.

Morpheus8 es un innovador procedimiento estético que ha ganado popularidad por su capacidad para rejuvenecer la piel mediante la combinación de dos tratamientos clínicamente reconocidos: micro agujas y tecnología de radiofrecuencia.

Este tratamiento mínimamente invasivo se dirige a las capas subyacentes de la piel, suministrando energía térmica a través de pequeñas punciones que estimulan la producción de colágeno. El aumento de colágeno se traduce en una piel más firme, tersa y joven.

Gracias a su versatilidad, **Morpheus8** puede tratar diversos problemas cutáneos, desde las líneas de expresión y las arrugas hasta las cicatrices del acné y la textura irregular de la piel.

El tratamiento con micro agujas ha sido durante mucho tiempo un elemento básico en los regímenes de cuidado de la piel por su eficacia para promover la regeneración, pero **Morpheus8** va un paso más allá. Al añadir energía de radiofrecuencia al procedimiento, el dispositivo potencia el proceso natural de cicatrización, animando al cuerpo a crear tejido nuevo y más sano.

La precisión y el control de la profundidad del tratamiento permiten al especialista adaptar el procedimiento a las necesidades de cuidado de la piel de cada persona, por lo que es adecuado para todo tipo de pieles.

Los resultados de **Morpheus8** tienen una duración de aproximadamente un año. Sin embargo, es importante reconocer que la piel de cada persona responde de forma diferente al tratamiento. Para obtener resultados más sustanciales, suele recomendarse una serie de tratamientos. Si se mantiene un cuidado adecuado de la piel, los beneficios pueden prolongarse hasta tres años después de la serie inicial de tratamientos.

Tener una piel rejuvenecida, fresca y radiante es posible con Morpheus8.

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

DR. CARLOS ALBERTO MARENCO CORREA

CIRUJANO PLÁSTICO, ESTÉTICO Y RECONSTRUCTIVO.

Ced. Esp: 5472226 - UNAM

HOSPITAL FARO DEL MAYAB.

Consultorio 806 piso 8.

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

CENIT MEDICAL CENTER.

Consultorio 1008 y 1009.

Tel: (999) 406.01.53



@marencoirugiaplastica



Marenco Cirugía Plástica

E-mail: marenccarlos@yahoo.com.mx



Descubre los muchos beneficios de **UNA CIRUGÍA ARTROSCÓPICA**

La cirugía artroscópica ha revolucionado el tratamiento de las lesiones articulares, ofreciendo avances significativos y numerosas ventajas para los pacientes.

La artroscopia es una técnica avanzada utilizada en el campo de la traumatología para tratar diversas lesiones. Destaca por ser mínimamente invasiva, lo que facilita una recuperación más rápida y ofrece excelentes resultados.

Durante el procedimiento, se introduce un artroscopio equipado con una cámara de alta resolución, que transmite imágenes detalladas a un monitor, facilitando así la visualización completa de la articulación.

Esta técnica se está utilizando cada vez con mayor frecuencia en el tratamiento de diversas afecciones articulares, ya que permite una evaluación precisa de la zona afectada mediante pequeñas incisiones.

Es especialmente útil para intervenir articulaciones como la rodilla, el hombro, la cadera, el codo, el tobillo o la muñeca.

Al ser un procedimiento menos invasivo, reduce el tiempo de recuperación del paciente y los resultados suelen ser altamente satisfactorios. La artroscopia es una de las técnicas más beneficiosas que existe a la hora de intervenir una articulación.

Ofrece múltiples beneficios en comparación con la cirugía tradicional. Al ser mínimamente invasiva, las incisiones son muy pequeñas, lo que disminuye significativamente el riesgo de infecciones.



Se utiliza tanto para el diagnóstico como para el tratamiento de varias patologías y lesiones articulares. *Sin embargo, en algunas ocasiones no es posible realizarla, pues dependiendo del tipo de lesión será necesaria una cirugía abierta, a la par de la decisión de tu cirujano.*

Durante una artroscopia pueden surgir problemas imprevistos o la necesidad de abrir la articulación si resulta imposible resolver el problema mediante las pequeñas incisiones. En estos momentos, sólo un cirujano que domine también el resto de las técnicas quirúrgicas de la especialidad podrá llevar a buen término la intervención.

¿Tienes dolor articular que no mejora con tratamientos conservadores como fisioterapia o medicamentos? La artroscopia puede ser la solución ideal para ti, acude con tu especialista de confianza para revisar que este tipo de intervención sea posible en tu caso.



Dr. Aldo X. Arias Arceo
Ortopedia y Traumatología
Cirugía Articular Reconstructiva y
Artroscopia

Céd. Prof. 11775802-UADY / Céd. Esp. 14090017-UNAM

Citas: (999) 603 0995 Urgencias: (999) 302 2096 



ESÓFAGO DE BARRETT

¿Aumenta el riesgo de cáncer de esófago?

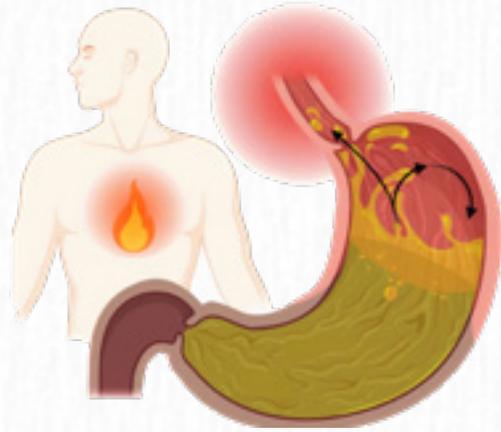
¿Quién no ha tenido ardor o reflujo después de una comida picante o con grasa? Es algo normal que a todo el mundo le ha pasado alguna vez y de lo que no debemos preocuparnos.

Sin embargo, cuando esas molestias persisten durante varias semanas, es fundamental acudir con su especialista para descartar problemas por reflujo gastroesofágico como el esófago de Barrett, una patología que, de no tratarse a tiempo, puede provocar cáncer de esófago.

El esófago de Barrett es una complicación de la enfermedad por reflujo gastroesofágico. Una patología que, si se diagnostica a tiempo, permite a quien la padece hacer una vida completamente normal, pero que puede ocasionar muchas complicaciones si no se trata de forma temprana.

El esófago es el tubo que conecta la garganta con el estómago. En condiciones normales, un anillo muscular en la parte inferior del esófago, llamado esfínter esofágico inferior, evita que el contenido del estómago regrese hacia el esófago.

En el caso de la enfermedad por reflujo gastroesofágico, este mecanismo puede debilitarse, permitiendo que el ácido gástrico y otros contenidos suban al esófago.



Esta exposición constante a ácidos puede dañar el revestimiento del esófago, provocando un cambio en las células de esta área, conocido como esófago de Barrett. Pero **¿Qué es exactamente esta enfermedad?**, se trata de una herida que se forma en el esófago a causa de ese reflujo continuo.

Los síntomas del esófago de Barrett son similares a los de la enfermedad por reflujo gastroesofágico y pueden variar en intensidad y frecuencia. Algunos de los síntomas más comunes son:

- **Pirosis (ardor):** Sensación de ardor en el pecho, que puede irradiarse hacia la garganta.
- **Regurgitación:** Flujo de contenido estomacal hacia la garganta, produciendo un sabor ácido o amargo en la boca.
- **Tos crónica:** Tos persistente que puede ser un signo de irritación del esófago.
- **Voz ronca:** El ácido estomacal puede irritar las cuerdas vocales, causando ronquera.
- **Dificultad para tragar (disfagia):** Sensación de dificultad o bloqueo al tragar alimentos.

Si tienes estos síntomas de reflujo y ardor de manera frecuente, ponte en manos de tu especialista. Si se trata la enfermedad, se puede convivir con ella toda la vida y, si avanza, se puede curar antes de que llegue a convertirse en cáncer.



Endoscopia Gastrointestinal, Cirugía Laparoscópica.

Ced. Prof: 3175635 INCAN,ASGE. UADY

MÉRIDA: CENIT planta baja Anexo CMA consultorio 20

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

CAMPECHE: Calle Llovizna No. 20 Fracciorama 2000

Tel:(981) 813 3566

www.droswaldovalencia.com @dr.oswaldo.valencia Dr. Oswaldo Valencia

VIVIENDO CON LUPUS

Tu especialista en reumatología te puede ayudar

El Lupus Eritematoso Sistémico es una enfermedad crónica sin cura conocida. Sin embargo, hay algunos tratamientos efectivos para mejorar las condiciones de los pacientes o impedir que la enfermedad avance tan rápidamente.

Se trata de una condición que afecta al sistema inmune, haciendo que ataque al propio cuerpo generando anticuerpos de manera excesiva y causando diferentes inflamaciones, dañando los músculos además de afectar a otros órganos.

Es fundamental que el paciente tenga un papel activo en su tratamiento. Debe estar informado y colaborar con su especialista para poder reducir el impacto de la enfermedad. Reconocer las señales de alerta antes de que ocurra un brote puede ayudar a prevenirlo, o bien, que sean menos fuertes.

Las manifestaciones clínicas más frecuentes son por un lado síntomas generales como el cansancio fácil, la pérdida de peso inexplicable, la fiebre prolongada que no se debe a ningún proceso infeccioso y alteraciones de la temperatura. Así como el dolor y la inflamación de las articulaciones y los músculos. El 90 por ciento de los pacientes con Lupus padecen artritis en manos, muñecas, codos, rodillas y pies.

Los síntomas pueden instalarse rápidamente y desaparecer. Cuando los síntomas aparecen se llaman brotes. Los brotes varían en intensidad.



En cualquier momento pueden aparecer nuevos síntomas.

El lupus afecta a diferentes personas de diferentes maneras. La mayoría de las personas con lupus tienen problemas en las articulaciones, músculos o huesos. A veces, el lupus en sí mismo causa estos problemas y, en otras ocasiones, son efectos secundarios de los tratamientos.

Puede causar dolor en las articulaciones (artralgia) e inflamación dentro y alrededor de éstas, lo que resulta en problemas como artritis, tendinitis y síndrome del túnel carpiano.

El lupus también puede causar inflamación en las articulaciones, lo que los médicos llaman "artritis inflamatoria". Puede hacer que le duelan y las sienta rígidas, sensibles, calientes e hinchadas.

La artritis lúpica afecta con mayor frecuencia las articulaciones que están más alejadas de la mitad del cuerpo, como los dedos de las manos, las muñecas, los codos, las rodillas, los tobillos y los dedos de los pies.

Acude con tu especialista en Reumatología, él te brindará opciones de tratamientos eficaces para controlar los síntomas y mejorar tu calidad de vida.

DR. ÁNGEL ALEJANDRO CASTILLO ORTIZ

Reumatólogo Ced. Esp: 9722707 UNAM

Tel: 9992 17 74 22 y 999 238 2190

**HOSPITAL FARO DEL MAYAB
CONSULTORIO 802**

calle 24 S/N Santa Gertrudis Copó.

**HOSPITAL AMERIMED (HOSPITALIA)
CONSULTORIO 317**

149 Ext. Tablaje Catastral 27790, Lote Comisaria,
Chichí Suárez, 97306 Mérida, Yuc.



 **Ángel
Castillo**
Reumatólogo

TEMOZÓN



YUCATAN

HERA

VIDA PLENA

NUEVAS CASAS EN MÉRIDA EN PRIVADA BOUTIQUE

CERCA DE HOSPITALES



DESDE \$5.3 MDP

DESCUBRE HERA RESIDENCIAL

Un desarrollo exclusivo de solo 16 casas que combina diseño arquitectónico contemporáneo, seguridad y una ubicación estratégica al norte de la ciudad.

- Seguridad 24/7 con acceso controlado
- Espacios recreativos
- Ubicación privilegiada en Temozón Norte



Escanea el código QR y agenda tu visita hoy mismo.

DESCUBRE MÁS

¿Qué son los QUISTES ODONTOGÉNICOS?

Cuando aparece en la boca una cavidad que se encuentra llena de líquido, material semisólido, aire, o una combinación de todas ellas cubierta por un exterior escamoso estratificado, nos encontramos ante un caso de quiste odontogénico que puede acabar con el hueso del maxilar o provocar el movimiento de los dientes.

Cuando éste vuelve a aparecer de nuevo por causa de una infección, el hueso puede destruirse y provocar signos que se aprecian a simple vista como la deformidad del hueso, el desplazamiento radicular o la movilidad dentaria.

La mayoría de los quistes en la boca son benignos (no cancerosos) y no suelen ser peligrosos, aunque pueden causar molestias o complicaciones si crecen demasiado o se infectan. Estos quistes en la boca pueden aparecer en distintas zonas: en la parte interna de los labios, en la lengua, el paladar, el suelo de la boca, la cara interna de las mejillas e incluso en las encías o en el hueso alrededor de los dientes.

En muchos casos, los quistes bucales cursan sin síntomas evidentes de dolor. De hecho, suelen descubrirse porque la persona nota al tacto una protuberancia o bulto inusual en alguna parte de la boca. Los síntomas pueden variar dependiendo del tipo y la ubicación del quiste, pero algunos signos y manifestaciones frecuentes son:

Bulto visible o palpable: Es el signo principal. Puedes notar una pequeña pelota o abultamiento bajo la mucosa. Por ejemplo, un mucocele en el labio se ve como un bultito blando de color transparente azulado o rosado.

Ausencia de dolor: La mayoría de quistes bucales no duelen. Puedes tener un quiste bastante grande sin sentir dolor, a menos que esté infectado.



Molestia, presión o sensibilidad: Existe cierta molestia o presión en la zona del quiste, especialmente al masticar cerca de él o al rozarlo con la lengua. Si el quiste crece mucho, puede interferir en la masticación, el habla o la deglución. En el caso de quistes en el piso de la boca (ránulas) de gran tamaño, incluso pueden dificultar el movimiento de la lengua.

Inflamación o hinchazón: Cuando un quiste crece dentro del hueso maxilar puede provocar una inflamación visible en la encía o incluso una leve hinchazón facial en la zona. La encía sobre el quiste puede notarse abultada.

Aunque todos estos quistes no suelen ser tumorales, es importante prestarles atención para que no causen problemas mayores. Como siempre recordamos, las revisiones periódicas al dentista pueden prevenir y localizar a tiempo problemas que con el tiempo pueden llegar a ser mucho más perjudiciales para la salud.



Permiso S.S.A. 31AV0022016



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. Ced. Prof:3510363 Ced. Esp:5179426

Cel: (9992) 42.55.11

Calle 26 no. 218 B entre 27 y 29

García Ginerés. Tel: 925.10.15

E-mail: sosa_roberto@hotmail.com

¿Tu próstata está en buen estado? ¡Es momento de revisarla!

- Cáncer de próstata, riñón y vejiga
- Cirugía láser de piedras en los riñones y próstata
- Cirugía renal percutánea para piedras
- Virus del Papiloma Humano (VPH)
- Circuncisión láser y con bisturí
- Vasectomía sin bisturí



CIRUJANO URÓLOGO

Dr. José Aguilar Moreno



CIRUGÍA GENERAL Y LAPAROSCOPIA

Dr. Rodrigo Urbina Chapoy

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

Mis Servicios

- HIGADO Y VÍAS BILIARES
- COLECISTECTOMÍA ABIERTA
- COLECISTECTOMÍA LAPAROSCÓPICA
- REFLUJO GASTRO-ESOFÁGICO
- HERNIAS
- BIOPSIA INTRA-ABDOMINAL
- QUISTES
- APENDICITIS
- LIPOMAS

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

Consultorio 234
DIRECCIÓN: CALLE 33 NO. 494 POR 56 A CENTRO



ALERGÓLOGO PEDIATRA

Dra. Lia Emiré Trujillo Palma

Ced. Prof. 5461383 UNAM Ced Esp. 5461382 UNAM

Especialista En:

- Infecciones de vías aéreas
- Asma
- Alergias
- Trastornos Inmunitarios
- Conjuntivitis alérgica



AGENDA TU CITA:

TEL: 999 921 4958
CEL: 999 134 6251



CONSULTORIO 715 PISO 7
Calle 24 S/N, Terraza Norte, Santa Gertrudis Copo, 97355 Mérida, Yuc.

Alergóloga Pediatra, Dra. Lia Emiré Trujillo Palma | liaborry@hotmail.com

Angel Peraza
LABORATORIOS

LA SALUD ES PRIMERO

SIEMPRE QUEREMOS LO MEJOR PARA TI

PREVIENE Y DETECTA
ENFERMEDADES A TIEMPO

☎ (999) 928 4901 📞 (999) 923 4409
📞 (999) 451 4625



Resp. San. Ángel Obed Chávez Chan.
Ced. Prof. 8953936 - UADY

📍 @AngelPerazaLab PERM. S.S.A 31Q069Y

BIOMAGNETISMO

Una terapia que se basa en la asombrosa energía electromagnética

El Biomagnetismo es una disciplina terapéutica que ha ganado reconocimiento internacional por su método no invasivo y natural para abordar diversas afecciones y mejorar la salud integral.

Esta práctica se fundamenta en el uso de imanes de mediana intensidad, aplicados en áreas específicas del cuerpo, con el objetivo de restablecer el equilibrio del pH celular y promover el bienestar general.

Uno de los aspectos más sorprendentes del Biomagnetismo es su enfoque holístico, el cual permite abordar la salud desde una perspectiva más amplia, considerando tanto el bienestar físico como emocional del individuo.

Cuando hay enfermedad el pH se distorsiona, pero cuando logra equilibrarse los causantes de la enfermedad o patógenos desaparecen.

Exactamente eso es lo que se pretende con la terapia de Imanes: proporcionar un medio hostil para que los microorganismos, gérmenes, virus, bacterias y causantes del problema desaparezcan y se tenga un equilibrio nuevamente.

El Biomagnetismo tiene múltiples beneficios, principalmente:

- Elimina infecciones bacterianas y víricas.
- Rehabilitación de lesiones musculares como lumbalgias, tendinitis y lesiones deportivas.
- Alivia las molestias producidas por artritis.
- Mejora la respuesta del organismo en casos de alergias.
- Reduce la inflamación en el intestino, trastornos de colon y estómago.
- Alivia el síndrome premenstrual.
- Disminuye los síntomas de la menopausia.

En la actualidad hay muchas opciones y dolencias que pueden verse beneficiadas por el uso del Biomagnetismo. El especialista adaptará los diferentes tratamientos con imanes para cada persona, haciendo incidir la energía del imán en un lugar concreto con potencias dispares para fortalecer y mejorar distintos procesos orgánicos.

¿Qué ventajas tiene frente a otras terapias y tratamientos?

No es invasivo, es indoloro, funciona en niños, adultos y ancianos. Todas las personas tanto hombres como mujeres. Reduce el dolor sin necesidad de medicamentos, tiene un efecto inmediato o muy rápido.

Uno de los beneficios clave del Biomagnetismo es su capacidad para fortalecer el sistema inmunitario. Al equilibrar el pH, se potencia la respuesta inmune del cuerpo, ayudando a prevenir diversas enfermedades. Esta mejora en el sistema inmunitario se traduce en una mayor resistencia a infecciones y una recuperación más rápida frente a diversos malestares.

El **Dr. José A. Rodríguez Gamboa** está para ayudarte. Para más información puedes comunicarte al: **(999) 260 4218** o al **(999) 970 6903** o visítanos en Calle 20 N° 439 x 37 y 39 **Petcanché**. Del cuete entrando a Brisas esquina y media.



**FB FARMACIAS
BAZAR** M.R.

**FB FARMACIAS
BAZAR** M.R.

PREMIA SU PREFERENCIA

PROGRAMA DE BENEFICIOS

CON TU
TARJETA DE
BENEFICIOS

Bazar

ACUMULA Y GANA PIEZAS

iGRATIS!*



Adquiere-la en cualquiera de nuestras sucursales

*Consulta productos, participantes, vigencias, términos y condiciones en

<https://farmaciasbazar.com/beneficios>

f @ d X Farmacias Bazar

CRIOTERAPIA DE CUERPO COMPLETO:

Beneficios y Aplicaciones en Medicina Estética y Salud



La Crioterapia de cuerpo completo es un tratamiento que ha ganado popularidad en los últimos años debido a sus múltiples beneficios para la salud y la estética. Consiste en la exposición del cuerpo, o grandes partes de él, a temperaturas extremadamente bajas, generalmente entre -100°C y -160°C , durante un corto período de tiempo, que suele ser de 2 a 3 minutos.

Este tratamiento, realizado en una cápsula o cámara de crioterapia, busca aprovechar los efectos terapéuticos del frío extremo para mejorar el bienestar general, aliviar dolores musculares y articulares, así como fomentar la regeneración celular y la salud de la piel.

MECANISMO DE ACCIÓN

Cuando el cuerpo se expone a temperaturas muy bajas, se produce una vasoconstricción, es decir, los vasos sanguíneos se contraen, lo que reduce temporalmente el flujo de sangre hacia las extremidades y otras zonas expuestas. Esto provoca una "reacción de choque" que lleva a una rápida circulación sanguínea cuando la persona deja la cámara criogénica, favoreciendo el transporte de oxígeno y nutrientes a los tejidos. Además, se incrementa la producción de endorfinas, las conocidas "hormonas de la felicidad", que generan una sensación de bienestar general.

BENEFICIOS EN MEDICINA ESTÉTICA

Uno de los principales atractivos de la crioterapia de cuerpo completo en la medicina estética es su capacidad para mejorar la apariencia de la piel y combatir algunos signos del envejecimiento. La exposición al frío ayuda a estimular la producción de colágeno, una proteína clave en la elasticidad y firmeza de la piel, lo que puede resultar en una piel más tonificada y juvenil. Además, la crioterapia tiene un efecto tonificante sobre la circulación sanguínea, lo que puede ayudar a mejorar el aspecto de la piel apagada y con falta de vitalidad.

La crioterapia también se utiliza para reducir la celulitis y mejorar la distribución de grasa corporal. Aunque no es un tratamiento para la pérdida de peso, la exposición al frío extremo puede aumentar el metabolismo y fomentar la quema de calorías, lo que puede contribuir a la reducción de la grasa subcutánea a largo plazo, especialmente si se combina con una dieta saludable y ejercicio físico.

BENEFICIOS TERAPÉUTICOS

En el ámbito de la salud, la crioterapia de cuerpo completo se utiliza para aliviar dolores musculares y articulares, siendo popular entre atletas y personas que realizan ejercicio intenso. El frío extremo ayuda a reducir la inflamación y acelera la recuperación muscular después de entrenamientos exigentes, lo que mejora el rendimiento físico y disminuye el riesgo de lesiones.

También se ha utilizado en el tratamiento de condiciones como la artritis, la fibromialgia y el dolor crónico, proporcionando alivio a través de la disminución de la inflamación. Además, se ha observado que la crioterapia puede tener efectos positivos en el estado anímico y la reducción del estrés. Al estimular la liberación de endorfinas y la mejora del flujo sanguíneo, muchas personas reportan una sensación general de bienestar, mayor energía y reducción de los síntomas de ansiedad y depresión.

CONCLUSIÓN

La crioterapia de cuerpo completo es un tratamiento innovador que ofrece una variedad de beneficios tanto para la salud como para la estética. A través de la estimulación de la circulación sanguínea, la reducción de la inflamación y la promoción de la producción de colágeno, puede mejorar la apariencia de la piel, aliviar dolores musculares y mejorar el bienestar general.

Aunque sus efectos son prometedores, siempre es recomendable realizar una consulta médica previa para evaluar su idoneidad según las condiciones de cada persona.

Para más información sobre el tratamiento de **CRIOTERAPIA DE CUERPO COMPLETO** puedes contactar al Dr. Juan Ramón Flórez Gómez.



Dr. Juan Ramón Flórez Gómez

Médico funcional - Integrativo. Medicina Anti-Envejecimiento
UNAM. Máster en Medicina Hiperbárica. Especialista en
reemplazo hormonal Bioidéntico.
Ced. Prof. 3812067 - Universidad El Bosque.
Bogotá Colombia.

Tel: (999) 2710807

Calle 20 No. 351x23 Col. Álamos (al lado de los Arcos)

@medicina_estetica_clarece



La posibilidad de recuperar **LA AUDICIÓN**

Un regalo invaluable que nos proporciona el aparato auditivo

La pérdida auditiva afecta a millones de personas en todo el mundo, interfiriendo en su calidad de vida y sus capacidades de comunicación. Se refiere a la incapacidad parcial o total de oír sonidos en uno o ambos oídos. Puede ocurrir a cualquier edad y puede ser temporal o permanente.

A medida que envejecemos, las células de nuestros oídos pueden desgastarse, lo que provoca una pérdida gradual de la audición. Esto se conoce como presbiacusia y suele afectar a ambos oídos por igual.

La exposición a ruidos fuertes, ya sea en el trabajo, conciertos o actividades recreativas, puede dañar las células ciliadas del oído interno y provocar pérdida auditiva inducida por ruido.

Las infecciones crónicas del oído pueden provocar acumulación de líquido y daños en las estructuras del oído, lo que lleva a la pérdida de audición, especialmente en los niños.

La pérdida de audición puede ser hereditaria. Los factores genéticos pueden hacer que algunas personas sean más susceptibles a la pérdida de audición a medida que envejecen o cuando se exponen a ruidos fuertes.

Este tipo de patologías puede aparecer de forma gradual, por diferentes motivos y en diferentes etapas de la vida.

Los problemas de audición pueden afectar significativamente la calidad de vida de las personas. Afortunadamente, existen dispositivos como los aparatos auditivos que pueden ayudar a mejorar la audición y permitir a las personas disfrutar de los sonidos del mundo que les rodea.



A la hora de buscar una solución auditiva, debemos tener en cuenta nuestro tipo de pérdida para escoger los mejores dispositivos. Según nuestro grado de hipoacusia cada modelo nos ofrecerá un rendimiento y prestaciones distintas.

Los audífonos son las prótesis auditivas más recomendadas, ya que son una de las opciones más cómodas y efectivas para corregir la pérdida auditiva.

Un aparato auditivo es un pequeño dispositivo utilizado para amplificar el volumen de los sonidos y facilitar la audición de personas con pérdida de audición. Este dispositivo debe ser colocado directamente en el oído, donde amplifica los sonidos y los envía al canal auditivo para que puedan ser percibidos claramente por el oyente.

Audiofon ofrece auxiliares auditivos de todas las gamas, cuentan con un excelente equipo técnico para brindarte atención personalizada, ven y aprovecha las promociones que traen para ti.



AGENDA TU CITA

(999) 725 0118 (999) 450 1424

AUDIOFON @AUDIOFONMID

Circuito Colonias No. 130 esq. Prolongación Paseo de Montejo, Plaza Montejo, local 13. Frente a la Glorieta de la Paz.

Resp. San. Dra. Sara Ileri Castorena Herrera
Cof. Prof. 12455568 -UWAM

Permiso COFEPRIS: 2431015007E00011



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.**



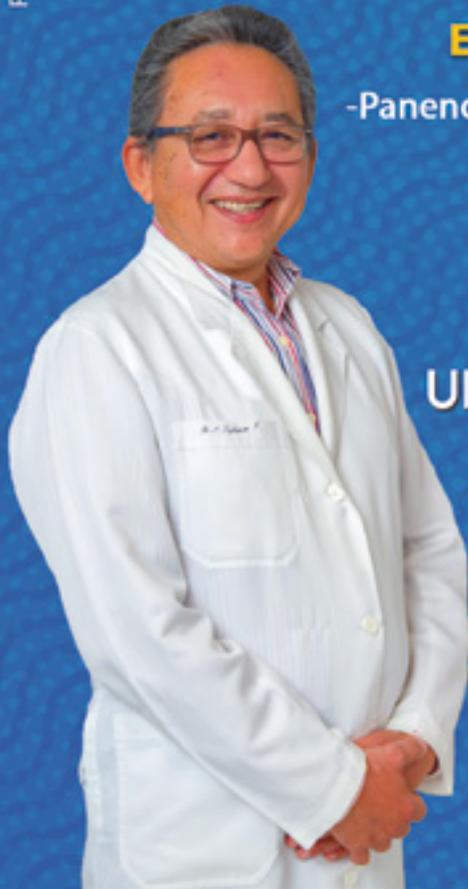
Endoscopia Flexible Avanzada:

-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. CENIT 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

Sempre 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 Cauce!

Te esperamos en:
**Calle 59 no.799 Locales 2 y 3
Plaza Palmeira**

Horario:
de 9:00 am a 6:00 pm
WHATSAPP: 999 350 1052

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 CHUMINÓPOLIS

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

TICUL

Calle 26 A x 21y 23 Col. Centro Local 6.

HORARIO DE ATENCIÓN:
DE 9 AM A 2 PM Y DE 5 A 8 PM
WHATSAPP: 997 116 8722

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

www.abastecedorhospitalario.com.mx