

Salud & Vida

YUCATÁN-CAMPECHE

EJEMPLAR GRATUITO

EN PORTADA:

**DR. HUMBERTO JOSÉ
PALOMO PINTO**

Ginecología y Obstetricia / Uro-Ginecología.

PRESENTANDO:

**REJUVENECIMIENTO
VAGINAL CON LÁSER**

Dr. Humberto
Palomo
Uroginecólogo



MAMÁ:

¡NADA ES TU CULPA!

Carta de un bebé enamorado desde el vientre a su madre

Psic. Gabriela Santaella Morales

**¿QUÉ ES LA
DIÁLISIS?**

Dra. Vanessa Lerma Sánchez

**Embarazo de
ALTO RIESGO**

Dra. Mónica Monzón Vargas



Equilibrio
Farmacéutico

Salud, Calidad y Precio en Equilibrio

Disfruta los
beneficios de ser
Premium



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

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

Visita nuestras sucursales

Cancún

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

Mérida

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

Playa del Carmen

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

Tizimín

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

Campeche

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

Chetumal

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

Valladolid

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

Salud, calidad
y precio
en Equilibrio



eQ-Fácil

Tu tienda en línea



¡Ya aceptamos pago
con tarjeta!



VISA



Compra en

www.eqfacil.com.mx

Publicidad dirigida a Profesionales de la Salud.

3 beneficios
que puedes
ganar

¡Siempre cuidando
tu bolsillo!



1%

Reflejado en
tarjeta de
*Cliente
Premium*

1%

Al pagar
con
Transferencia
bancaria

Pago en una sola exhibición

3

Meses sin
intereses
mínimo de
compra
\$7,000.00*

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



equilibriofarmacéutico



@EQF_MX



eqf_mx



Equilibrio Farmacéutico



Equilibrio Farmacéutico



Soy_EQF

EQUIPO EDITORIAL

•Lic. José Luis Preciado

Director General

•LAE. Pilar Ortiz

Directora Comercial

•Ing. en TI. Alfonso de
Jesús Ruiz Hernández

Diseño y Publicidad

•Teresa Paz Rodríguez

•Edith Gruber

Coordinación de

Distribución

•Ximena López

Coordinadora de Ventas

COLABORADORES

•Lic. Stephany Alejandra
Palacios Martínez

•Alfredo Pascual



"Ningún idioma puede expresar el amor de una madre."
10 de Mayo. Día de las Madres.

¡CONTÁCTANOS!

f Revista salud y vida

ig @revista_saludyvidamx

Teléfonos:

(999) 900 0298

(999) 133 4536

www.revistasaludyvida.com.mx

revistasaludyvida@hotmail.com

ENCUENTRA TU EJEMPLAR GRATIS EN LOS SIGUIENTES LUGARES:

MÉRIDA



CAMPECHE



La editorial no se hace responsable de los artículos y anuncios publicados, ya que son responsabilidad de sus respectivos autores y no representa nuestro punto de vista. Las imágenes son de carácter ilustrativo. Derechos reservados Revista Salud y Vida Médica © 2023.

—¿QUÉ ES LA LITIASIS VESICULAR?—

La litiasis vesicular es la formación de cálculos dentro de la vesícula biliar. Algunas personas pueden desarrollar solamente un cálculo biliar, mientras que otras, desarrollan muchos cálculos biliares.

Ser mujer en edad reproductiva, los embarazos, los contraceptivos o los tratamientos estrogénicos, la obesidad, la hipertrigliceridemia, los niveles bajos de colesterol HDL, las pérdidas bruscas de peso y las dietas ricas en grasas y pobres en fibra vegetal son factores que favorecen la aparición de litiasis biliar.

Los pacientes con diabetes mellitus o de edad avanzada son más propensos a presentar complicaciones.

Por lo general, los cálculos biliares no causan signos o síntomas, a menos que un cálculo obstruya la salida de bilis desde la vesícula o los cálculos provoquen una inflamación de la pared de la vesícula biliar.

Los síntomas más habituales son:

- Dolor repentino en la parte derecha superior del abdomen.
- Dolor en la parte central del abdomen.
- Dolor de espalda justo entre las escápulas.
- Dolor en el hombro derecho.
- Indigestión, náusea y/o vómitos.

Existen dos tipos de cálculos o litiasis:

1. Los de colesterol, que son los más frecuentes. Se producen cuando el hígado segrega más colesterol de lo que la bilis puede disolver, por lo que el excedente de colesterol se puede transformar en cristales.
2. Los pigmentarios, que son formados cuando la bilis contiene demasiada bilirrubina.



El diagnóstico habitualmente se realiza por ultrasonido o ecografía abdominal. La ecografía abdominal es el método más utilizado tanto para el diagnóstico como para valorar las posibles complicaciones. Es una técnica de bajo costo, no agresiva, rápida, sin apenas contraindicaciones y con alta efectividad.

El tratamiento está dirigido a calmar los síntomas que produce la inflamación de la vesícula al momento de encontrarse obstruida por un lito (no existe tratamiento seguro para deshacer los litos ni para sacarlos de la vesícula biliar). La extirpación de la vesícula es el tratamiento de elección para evitar complicaciones severas producidas tanto por la probable inflamación e infección de la vesícula o cuando uno o varios de los litos se salen de la vesícula migrando hacia los conductos principales del hígado y del páncreas, pudiendo de esta manera producir un cuadro de pancreatitis biliar.

La elección del tratamiento más adecuado debe ser valorado en cada caso por su especialista, siendo los factores determinantes los síntomas y/o complicaciones, la edad y el estado general del paciente.



DRA. CARLA RUBY BEYLÁN VÁZQUEZ

Cirugía General y Laparoscopia

Ced. Prof. 4450262 Ced. Esp. 7201764

Calle 7 #215 A, Centro Médico Pensiones,

Consult. 319, Col. García Ginerés,

Mérida, Yucatán, C.P. 97070

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

Cel: (999) 575 4049

 *Cirugía General, Dra. Carla Ruby*

Beylán Vazquez

 *@dra.carlabeylan*

UPPER BODY LIFT

Cirugía después de reducción masiva de peso

PARTE 1

En pacientes con alto índice de masa corporal la pérdida masiva de peso presenta efectos beneficiosos para la salud, sin embargo, suelen cursar con un excedente cutáneo que genera problemas físicos, afectando la calidad de vida.

En casos severos las técnicas convencionales de contorno corporal no permiten dar solución a grandes alteraciones, siendo necesario utilizar procedimientos más extensos, ya que la capacidad de retracción de la piel no siempre permite compensar la reducción de volumen del cuerpo, dejando deformidades importantes en el contorno corporal.

El Upper Body Lift es un procedimiento que considera un manejo integral de todo el tronco superior, destinado a pacientes con secuelas de contorno corporal importantes producto de la baja masiva de peso. ***Es una intervención realizada en un tiempo quirúrgico que combina una braquioplastia, torsoplastia y mastopexia.***

Dada la extensión del procedimiento su uso se suele reservar para pacientes con un excedente cutáneo de tronco superior extenso, donde los procedimientos convencionales no permiten dar un resultado satisfactorio.



• **Braquioplastia:** Es un procedimiento quirúrgico que ayuda a mejorar los brazos eliminando la grasa y piel colgante.

• **Torsoplastia:** Es un procedimiento para tratar los rollos que se forman en la espalda alta por medio de una cicatriz horizontal en la línea del brasiere o los rollos a un costado de la glándula mamaria donde se hace una extensión de la braquioplastia desde la axila hasta la parte inferior de la mama con una cicatriz vertical, en casos extremos puede ser necesario hacer los 2 tipos de torsoplastia.

• **La mastopexia:** Es el nombre de la cirugía estética para levantar los senos, mejora la apariencia y estética de éstos.

Es de vital importancia seguir sin excepción todas las instrucciones de cuidado que su cirujano le proporcione, incluida la información sobre el uso de prendas de compresión y el nivel de actividad que es seguro para usted.

Su especialista le alertará sobre los signos de problemas a tener en cuenta, como los signos de infección. También es importante saber que la cantidad de tiempo que lleva la recuperación varía mucho entre cada paciente.

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





ANGEL PERAZA LABORATORIOS

PERM. S.S.A. 310069Y

SERVICIO A DOMICILIO SIN COSTO EXTRA

LA SALUD ES PRIMERO

Recuerda no dejar para mañana lo que puedes prevenir hoy.

Agenda tu próximo estudio

☎ Matriz fijo: (999) 923 4409

☎ Llamadas: (999) 451 4625

f @ AngelPerazaLab

ESCANEA EL CÓDIGO Y AGENDA UNA CITA

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



DRA. MARISELA MURILLO MENA

ORTOPEDIA Y TRAUMATOLOGÍA
ALTA ESPECIALIDAD EN CIRUGÍA ARTICULAR

TRATAMIENTO DE:
Fracturas
Desgaste articular
Lumbalgia

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

DESCUENTO mencionando este anuncio

HOSPITAL FARO DEL MAYAB

Consultorio 917
Calle 24 #280, Temozón Norte
Santa Gertrudis Copo
Mérida, Yucatán

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



Invisalign es confiabilidad en los resultados

*** invisalign invisalign first**

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

Cédula Profesional: 7623509

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

- f The White Loft
- @ thewhiteloftmx
- ☎ (999)-4819-776

The White Loft
Specialized Dental Institute

CISTOLITOTRICIA

Cirugía De Cálculos En La Vejiga

Es un procedimiento mínimamente invasivo, con anestesia regional, que se utiliza para la destrucción y extracción de piedras del uréter y la vejiga.

Esta técnica tiene muy baja morbimortalidad, amplio rango de seguridad, corta estancia hospitalaria y logra la extracción completa de los litos (piedras).

¿Cómo se lleva a cabo la cirugía?

Se accede al cálculo renal a través de una punción en la piel a nivel lumbar, o bien a través de la uretra hasta la vejiga o el uréter, según donde se encuentre el cálculo. Lo que se introduce es un tubo de fibra óptica con una punta rígida y flexible, conectado a una cámara. Una vez que se visualizan los cálculos, se fragmentan con la pulsación del láser. La energía que contiene el láser permite fragmentar el cálculo de forma rápida.

Se recomienda que el paciente acuda acompañado puesto que es una intervención ambulatoria, pero después requerirá asistencia para volver a casa. Deberá estar en reposo, tomar antibiótico y antiinflamatorios.



Al siguiente día de la intervención el paciente ya puede retomar su vida normal.

Durante el día del procedimiento, el paciente deberá:

- No beber ni comer nada durante varias horas previas a la intervención.
- Tomar los medicamentos indicados por el especialista solo con un pequeño sorbo de agua.

Es necesario que el paciente tome muchos líquidos durante las próximas semanas de la intervención: Entre 8 a 10 vasos diarios para ayudar a eliminar cualquier fragmento.

Un mes después de la intervención se efectuará al paciente un estudio metabólico, **evaluando la orina y la sangre durante 24 horas para estudiar los factores que pueden intervenir en la formación de los cálculos.** A esto se añade un estudio químico, para analizar los componentes exactos del cálculo.

Dr. Iván Arturo Velueta

Cirujano Urólogo / Especialista en Cirugía de Mínima Invasión

Céd. Prof. 7186582 Céd. Esp. 12247234

www.veluetaurologo.com

Whatsapp: (999) 267 0531

Email: dr.ivanvelueta@gmail.com

Star Médica, Consult. No. 831

Citas: (999) 286 2903

EME RED HOSPITALARIA, Consult. No. 205

@dr.ivanarturovelueta

Dr. Iván Arturo Velueta

UNA FORMA NO INVASIVA DE ARREGLAR LAS ARTERIAS

ANGIOPLASTIA

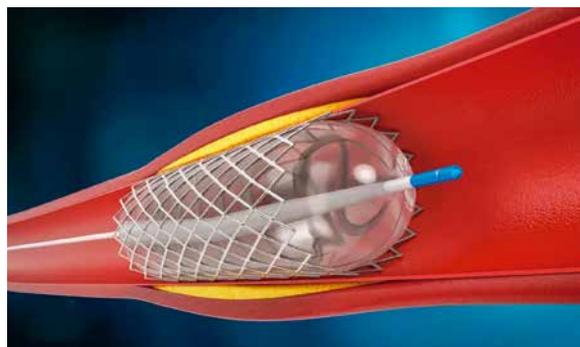
Es un procedimiento para realizar la apertura de un segmento de una arteria o de una vena que se puede encontrar con alguna estrechez u obstrucción, mediante la utilización de diferentes dispositivos. Gracias a esta intervención se logra restablecer el flujo vascular en el segmento comprometido, **mejorando la irrigación de las áreas correspondientes, es mínimamente invasivo y bastante seguro.**

En la angioplastia, se usa un globo médico para dilatar las arterias bloqueadas. El globo ejerce presión contra la pared interior de la arteria para abrir espacio y mejorar el flujo de sangre. Para impedir que la arteria se estreche de nuevo, a menudo se coloca un stent (malla de metal) a lo largo de la pared arterial.

La angioplastia puede realizarse en las siguientes arterias para tratar un bloqueo en la pierna:

- La aorta, la arteria principal que viene del corazón.
- La arteria en la cadera o la pelvis.
- La arteria en el muslo.
- La arteria por detrás de la rodilla.
- La arteria en la parte inferior de la pierna.

La duración de la cirugía es variable ya que depende de la complejidad de cada caso. Sin embargo, por lo general es un procedimiento que después de un par de horas puede estar concluido.



En cuanto a las precauciones que se deben de tomar en cuenta después de una angioplastia, se debe de cuidar el sitio de punción por donde se realizó la intervención quirúrgica. Además, se indican medicamentos que permiten mantener la permeabilidad de los segmentos tratados.

Es importante tratar los factores de riesgo que llevaron a la enfermedad (tabaquismo, diabetes, dislipidemia, entre otros).

Los resultados de la angioplastia dependen de la patología inicial y del mismo procedimiento, también está relacionado con otros factores, como la condición previa del paciente y los cuidados posteriores a la cirugía.



Dr. Raúl Alberto Bacelis Arzápalo

Angiología y Cirugía Vascular Y Endovascular
Ced. Esp: 5114333

Clínica de Mérida. Consultorio 423.

Tel: (999) 920 4511 Cel: (999) 242 6073

Conm: (999) 942 1800 al 59 Ext. 1297

drraulbacelis@hotmail.com

 Varices Mérida

 drbacelis

www.drbacelisangiologia.com

EMBARAZO DE ALTO RIESGO



Un embarazo es un momento trascendental y muchas veces de incertidumbre en la vida de la mujer, por lo que es de vital importancia acudir con tu médico especialista desde el principio del embarazo y de preferencia inclusive antes de embarazarte para saber si gozas de buena salud o presentas afecciones o factores que puedan aumentar las probabilidades de tener un embarazo delicado.

La mayoría de los embarazos considerados o clasificados como "de alto riesgo" tienen un buen pronóstico, siempre y cuando reciban la atención especializada de manera oportuna por lo que NO te debes alarmar si tu médico te dice que tienes un embarazo de este tipo, pero SI asesorarte y llevar un seguimiento mucho más estrecho recordando que cada caso es diferente y siempre se debe de individualizar.

Un embarazo de alto riesgo es aquel que tiene mayor posibilidad de que se presenten problemas de salud para ti y tu bebé antes, durante o después del parto. A veces, un embarazo que clasifica como de alto riesgo es el resultado de una afección médica presente inclusive antes de la concepción como lo son los siguientes escenarios: Diabetes mellitus (pre-gestacional), hipertensión arterial sistémica crónica, sobrepeso/obesidad/desnutrición, problemas tiroideos o del sistema inmunológico (como artritis reumatoide o lupus eritematoso sistémico), embarazo en adolescentes o en aquellas pacientes mayores de 35 años de edad por mencionar algunos.

En otros casos puede ser secundario a una afección médica de modo que tú o tu bebé desarrollan durante el embarazo, por ejemplo: Preeclampsia o Diabetes Gestacional (diabetes del embarazo) lo que hace que se convierta en un embarazo de alto riesgo. Un estilo de vida no saludable, enfermedades crónicas, complicaciones en embarazos previos, embarazo múltiple (gemelar), multiparidad etc. Son otros ejemplos de los factores de riesgo que por lo general intervienen en un embarazo de alto riesgo y puedes presentar uno o varios al mismo tiempo.

Importante señalar que la inmensa mayoría de los casos por muerte materna son prevenibles y se evitarían mediante un control preconcepcional y prenatal adecuados que incluyen un seguimiento más estrecho y análisis de laboratorio y gabinete más exhaustivos. *Gran parte de los embarazos de alto riesgo tienen un final feliz pero lo importante es no dejarlo al azar.* Mediante el seguimiento estrecho y oportuno guiado por un equipo multidisciplinario de especialistas podrás disfrutar de tu embarazo sin sufrir la ansiedad de pensar que algo puede salir mal.

Un embarazo de alto riesgo puede tener altibajos. Haz todo lo posible por mantener una actitud positiva mientras tomas medidas para promover un embarazo saludable y siguiendo las indicaciones en todo momento de tu médico especialista de cabecera.



Dra. Mónica Monzón Vargas
GINECOLOGÍA ESPECIALIZADA

Ginecología y Obstetricia, Alta especialidad en Medicina Crítica en Obstetricia (Embarazos de Alto Riesgo). Diplomado en Colposcopia y Patología del Tracto Genital Inferior. Cédula Esp: 12163138 UNAM, Certificada por el Consejo Mexicano de Ginecología y Obstetricia 11828.

Citas: (999) 569 1818 

CEDIMY Clínica Especializada de Diagnóstico Integral de Mérida Yucatán. Av Itzáes no. 489 por 49 y 51

 @dramonzonginecologa  @dramonicamonzon

www.dramonicamonzon.com

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

Agenda tu cita hoy mismo

 (999) 611 7430

 Aceptamos todas las tarjetas sin cobrar comisión.

*Aplican restricciones



Hospital Star Médica Altabrisa | Consultorio 724

Cirujano Urólogo | Dr. José Aguilar

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

¡PROMOCIONES ESPECIALES DEL MES DE MAYO!



CUIDADO AUDITIVO **audiofon**



Examen Auditivo SIN COSTO.

2x1 EN AUXILIARES AUDITIVOS.

*Aplican Restricciones. Válido durante Mayo 2023.

ESPECIALISTAS EN AUDIOPROTESIS

Atención a todas las edades & english speakers

María Gpe. Soberanis
Técnico Audioprotesista

Rosa I. Zapata
Técnico Audioprotesista

Resp. Sanitario: Dra. Mercy Elizabeth Sánchez Soberanis. Céd. Prof: 9558453

 Audiofon

 @Audiofonmid

AGENDA TU CITA

 999 725 0118  999 450 1424

 Circuito Colonias #130 esq. 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

OFTALMOLOGÍA Y OCULOPLASTIA

Dra. Guadalupe Concepción Canul Estrella

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

AGENDA TU CITA

 999 920 4320

 999 334 2652

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



 @dra.canul

 Ofatmología Dra. Lupita Canul

ORTOPEDIA, TRAUMATOLOGÍA, CIRUGÍA ARTICULAR DE REEMPLAZO Y ARTROSCOPIA.

DR. ERWIN CAB CHAN

Céd. Prof: 2313652



CEL: (999) 900.94.36 

CONS: (999) 926.63.48

CMA CONSULTORIO 9º PRIMER PISO
EDIFICIO ANEXO

¿Qué necesito para realizarme una **mamoplastia**?



El objetivo principal de la mamoplastia es cambiar la forma del seno, esto incluye aumento, disminución, levantamiento y reconstrucción. En todos los casos la base de la intervención es mantener la morfología natural de la mama.

Hay ciertos requisitos para someterse a una mamoplastia de manera general:

- Para poder realizar este procedimiento debes estar cerca de tu peso ideal, además, para someterse a una cirugía de mamas debes estar sana/o tanto físicamente como mentalmente.
- Si tienes una afección cardíaca, una afección pulmonar o un trastorno neurológico, debes comentárselo a tu cirujano, ya que es posible que no puedas realizarte algún tipo de mamoplastia.
- Si has pensado operarte, pero en un futuro deseas volver a quedar embarazada en el caso de las mujeres, se recomienda esperar para que los resultados obtenidos sean más duraderos. De todas formas, hay que resaltar que este tipo de cirugía no pone en riesgo futuros embarazos ni lactancias.

- El tabaco no está aconsejado ni antes ni después de una cirugía de aumento, ya que la nicotina perjudica la curación y la cicatrización de las heridas. Por lo tanto, si eres fumadora, deberás dejarlo como mínimo 6 semanas antes y después de tu cirugía.

Mamoplastia de reducción.

¿Cuál es el candidato ideal para esta operación?

Suele realizarse generalmente para aliviar un problema físico más que por motivos puramente estéticos. La mayoría de los que se someten a esta operación son mujeres preocupadas por el excesivo volumen de su pecho al interferir éste con muchas actividades y ser causante de molestias físicas, sobre todo de espalda.

Mamoplastia de reconstrucción

La reconstrucción se lleva a cabo después de una mastectomía o amputación del seno, generalmente debido a un cáncer, puede practicarse inmediatamente después de la pérdida del seno o posteriormente.

Lo ideal es que las mujeres se informen detalladamente antes de la intervención y que acudan a su especialista de confianza.

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



DR. CARLOS MARENCO

Ced. Esp: 5472226

Cirujano Plástico, Estético y Reconstructivo.

Hospital Faro del Mayab.

Consultorio 806 piso 8. Tel: (999) 921 4924

Cel: (999) 247 9486

Cenit Medical Center

Consultorio 1008 y 1009 Tel: (999) 406 0153

E-mail: marencocarlos@yahoo.com.mx

 [Marenco Cirugía Plástica](#)



¿QUÉ ES EL CÁNCER DE MAMA?

La detección oportuna salva vidas



Es el tipo de cáncer más frecuente y la causa más común de muerte por cáncer en mujeres a nivel mundial. Esta enfermedad se desarrolla en las células mamarias y progresa por etapas.

Los síntomas del cáncer de mama incluyen:

- Un bulto o masa en el seno que se siente diferente al tejido circundante.
- Cambio en la forma, el tamaño o la apariencia de la mama.
- Erupción mamaria, dolor en los senos y pezón invertido.
- Cambios en la piel sobre la mama (hoyuelos).
- Piel descamada sobre el seno, particularmente el área oscura alrededor del pezón.
- Enrojecimiento y/o picaduras de la piel de la mama que se asemeja a la piel de naranja.
- Secreción del pezón.

El cáncer de mama puede originarse en diferentes partes del seno. La mayoría de los casos comienzan en los conductos que llevan la leche hacia el pezón (cánceres ductales), otros

se originan en las glándulas que producen leche (cánceres lobulillares). También hay otros tipos de cáncer de mama que son menos comunes como el tumor filodes y el angiosarcoma.

A veces el cáncer de mama es detectado después de que surgen síntomas, pero muchas mujeres no llegan a manifestarlos. **Es por este motivo que hacer las pruebas de detección periódicas es tan importante.**

El diagnóstico del cáncer de mama incluye un examen físico, análisis de sangre y algunas pruebas de diagnóstico por imágenes. Un resultado con certeza requiere el examen microscópico de una muestra del tejido mamario sospechoso (biopsia). La biopsia, sin embargo es tan solo el último escalón en una cadena de procedimientos.

El pronóstico después de un diagnóstico de cáncer de mama ha mejorado tras la introducción de programas de detección temprana y protocolos de tratamiento estandarizados. **Acude con tu especialista periódicamente.**



DR. JOSÉ ALBERTO GONZÁLEZ RAMÍREZ

Cirujano General y Oncólogo.

Ced. Prof. 6999675 Ced. Esp. 10037753

EME RED HOSPITALARIA consultorio 235

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

Tel: (999) 970 1222

E-mail: drjagonzalezcg@gmail.com

  Oncología Quirúrgica Mérida.

www.cirujanooncologomerida.com

¿QUÉ ES LA DIÁLISIS?



La tarea principal de los riñones es eliminar las toxinas y el líquido de la sangre, ya que es peligroso que los productos de desecho se acumulen en el cuerpo, cuando se pierde la función renal la diálisis es necesaria.

La diálisis es un tratamiento en que se extraen las toxinas y el exceso de agua de la sangre, así, durante el proceso:

- Se retiran los excedentes de sal, agua y productos de desecho para que no acumulen en el cuerpo.
- Se mantienen niveles adecuados de minerales y vitaminas en el cuerpo.
- Ayuda a controlar la presión de la sangre y en la producción de glóbulos rojos.

Existen dos tipos de diálisis:

La hemodiálisis: Es el tratamiento común de diálisis y se caracteriza por el uso de una membrana artificial. La purificación de la sangre se realiza



mediante un riñón artificial, que quita el exceso de agua, residuos y toxinas antes de devolverla al cuerpo. Cada sesión puede durar de tres a cuatro horas.

La diálisis peritoneal: Se caracteriza por el uso de una membrana natural (el peritoneo del paciente). Consiste en retirar el desecho y el líquido excedente a través de un tubo (catéter), hacia parte del abdomen.

La diálisis se realiza en pacientes con insuficiencia renal, que es la fase terminal de la insuficiencia renal crónica. Esto ocurre cuando los riñones ya no son capaces de realizar su función excretora y únicamente funcionan entre un 10% y un 15%.

La preparación para la diálisis dependerá del tipo de diálisis elegida por el especialista. En función de eso se le colocará al paciente un catéter o no, a través del cual se introducirá el líquido de diálisis. **Además, siempre es recomendable:**

- Llevar una dieta saludable, baja en potasio y proteínas (dieta renal).
- Mantener la medicación del riñón.
- Descansar, dormir antes y durante la diálisis.

Tras la diálisis es normal que el paciente se sienta cansado o débil, por lo que se recomienda descansar una vez de vuelta al hogar. No obstante, en cuanto se encuentre mejor, ya puede retomar su día a día normal.

Dra. Vanessa Lerma Sánchez

Especialidad en Nefrología y Alta especialidad en Trasplante Renal.

Ced. Prof. 8944263 Ced. Esp. 12127574

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

Consult. 912 Hospital Faro del Mayab.

Hospital Centro Médico de las Américas.

 @VanessaLerma17  @dra.Vanessalerma

ENERGIZA TU VIDA

"El oxígeno te hace mejor"



Agenda una cita

9992 89 9735

9991 50 1195

Sano₂
CÁMARA HIPERBÁRICA

RESPIRA PAZ

“El oxígeno te
hace mejor”

SanO₂
CÁMARA HIPERBÁRICA



Terapias personalizadas de oxigenación
9992 89 9735 / 9991 50 1195

Riesgos y consecuencias de LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL



El corazón ejerce presión sobre las arterias para que éstas conduzcan la sangre hacia los diferentes órganos del cuerpo humano. Esta acción es lo que se conoce como presión arterial. La presión máxima se obtiene en cada contracción del corazón y la mínima con cada relajación.

La presión arterial alta (hipertensión) puede dañar de manera discreta el organismo durante años antes de que se manifiesten los síntomas.

El diagnóstico se basa en un sencillo procedimiento de medición, aunque en algunos casos son necesarias otras pruebas como el holter de presión arterial. Es imprescindible completar el estudio con un análisis de laboratorio (de sangre y orina) y un electrocardiograma.

Tener la presión por encima de los valores ideales conlleva un mayor riesgo de infarto de miocardio, insuficiencia cardíaca, accidente cerebrovascular, demencia y enfermedad renal crónica. Además de aumentar el riesgo de muerte prematura, los que sobreviven a un evento de estas características, sufren disminución de la calidad de vida y mayor riesgo de invalidez a largo plazo.

Es importante conocer los síntomas de las enfermedades que se relacionan con la hipertensión, como puede ser dolor torácico, dificultad en la respiración o sensación de ahogo, edemas, es decir, hinchazón causada por la acumulación de líquido en los tejidos del cuerpo, sangre en la orina, dolor en piernas al realizar algún tipo de actividad física, entre otros.

Teniendo en cuenta lo dicho anteriormente, de manera indirecta se puede descubrir que el paciente es hipertenso.

La hipertensión arterial es generalmente una afección crónica que causa daño progresivo en el transcurso de los años. Sin embargo, a veces la presión arterial aumenta de manera tan rápida y grave que se convierte en una emergencia médica que requiere tratamiento inmediato, a menudo con hospitalización.

Cuando hablamos de un tratamiento para la hipertensión, este debe ser individualizado de acuerdo con las características de cada paciente, pero en términos generales podemos decir que el mismo tiene tres pilares básicos: La dieta, el ejercicio físico regular y los fármacos antihipertensivos.

Cambiar los hábitos alimenticios y ejercitarse, además de contribuir a lograr el objetivo de bajar los valores de la presión, mejora el perfil metabólico, ayuda a mantener un peso saludable, desciende los niveles de colesterol y previene la diabetes.



DR. LUIS MIGUEL ESTRADA FIGUEROA

Medicina interna. Céd Prof. 5088355

Hospital Faro del Mayab

Consult. 909

Calle 24 280, Temozón Norte, Santa Gertrudis Copo.
C.P. 97115

TEL: (999) 904 1457

 DR. LUIS MIGUEL ESTRADA

 MEDICINAINTERNALM

REJUVENECIMIENTO VAGINAL CON LÁSER

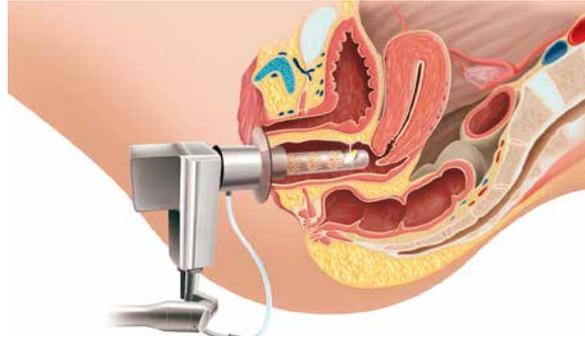
Una de las tecnologías que ha llegado para no irse de la ginecología es el uso de la energía con LÁSER, el cual puede ser utilizado en múltiples padecimientos.

El tratamiento con láser tiene como objetivo tensar el tejido vaginal, aumentar la fuerza y la capacidad para contraer y estrechar el canal vaginal. *El efecto térmico del láser estimula la producción de colágeno en el tejido vaginal, recuperando y mejorando su función.*

Con este tratamiento conseguimos:

- Recuperar el ph de la vagina.
- Incremento de la fuerza, tono y lubricación vaginal.
- Mejorar la calidad del tejido vaginal.

Por tanto, el LÁSER puede ser utilizado en pacientes con laxitud vaginal de origen genético o producida por los partos, pérdidas de orina, falta de lubricación, sequedad vaginal por la menopausia, infecciones vaginales recurrentes e



incluso algunas técnicas de cirugía como retiro de verrugas por VPH o reducción de labios menores. Aunque los problemas que aparecen son diferentes, todos tienen algo en común: Suelen afectar la salud psicológica de la mujer, su seguridad y en la mayoría de los casos, también su vida sexual.

También tiene muchas ventajas:

- Procedimiento mínimamente invasivo, seguro y eficaz.
- Rápido: Consiste en sesiones de 25 minutos aproximadamente en una consulta ginecológica.
- Sin efectos secundarios, sin sangrados ni cicatrices.
- Cómodo y preciso.
- Mayor satisfacción en la actividad sexual.
- Mejorarás tu calidad de vida.

Acude con tu Uro-ginecólogo de confianza para resolver todas tus dudas.



Dr. Humberto Palomo
Uroginécologo

Dr. Humberto José Palomo Pinto.

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

Ced. Esp.10250364 Ced. Sub. 11214911

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

Dr. Humberto Palomo Pinto

drhumberto_palomo

Teléfono Consult. (999) 980 19 83

Agenda online en: www.doctoralia.com

¿Qué tan común es la **INFERTILIDAD MASCULINA** y cuáles son sus causas?

La incapacidad de concebir un hijo puede ser estresante y frustrante, un diagnóstico de infertilidad se da a una pareja que son incapaces de concebir en el transcurso de un año.

Esta condición afecta aproximadamente a 1 de cada 6 parejas, cuando el problema radica en el hombre se refiere a infertilidad masculina y representa cerca de un tercio del total de los casos.

La infertilidad masculina se debe a una baja producción de espermatozoides, anomalías en la función del espermatozoide o a obstrucciones que impiden su salida. Las enfermedades, las lesiones, los problemas de salud crónicos, las elecciones de estilo de vida y otros factores contribuyen a padecerla.

¿Cuáles son las causas de la infertilidad masculina?

El espermatozoide puede ser considerado anormal por dos posibles razones: Corto período de vida de los espermatozoides y/o de baja movilidad.

Las anomalías en el espermatozoide pueden ser causadas por uno o más de los siguientes factores:

- Inflamación de los testículos.
- Venas hinchadas en el escroto.
- Testículos anormalmente desarrollados.



Existen razones para un conteo bajo de espermatozoides o bien, la falta del mismo:

- Una condición genética preexistente.
- El consumo de alcohol, tabaco u otras drogas.
- Infección severa de paperas después de la pubertad.
- Reparaciones de hernia.
- Trastorno hormonal.
- La exposición a sustancias químicas tóxicas y radiación.
- La obstrucción causada por una infección previa.

La infertilidad masculina también puede ocurrir cuando hay problemas con la eyaculación:

- Eyaculación precoz.
- La eyaculación retrógrada.
- Disfunciones de erección.
- Las complicaciones de la radioterapia o la cirugía.

La incapacidad de concebir de muchas parejas se debe a más de una causa, afortunadamente existen varios tratamientos para la infertilidad masculina.

DR. JOSÉ MANUEL MICHEL RAMÍREZ

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

f Dr. José Manuel Michel Urologo en Mérida
@drjmicheluro

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

EME RED HOSPITALARIA

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

MAMÁ: ¡NADA ES TU CULPA!

Carta de un bebé enamorado desde el vientre a su madre.

Querida Mamá:

Sé que no ha llegado aún el tiempo de encontrarnos y conocernos en persona, pero aún así, sé que me has imaginado. ¿Te cuento un secreto? Descubrí que tengo un poder mágico, y gracias a él logré que me veas en tus sueños y sepas cómo soy. Tampoco hemos podido abrazarnos, me imagino que ha de ser algo realmente hermoso. ¿Sabes? Me he dado cuenta de que al intentar tocarte desde acá a través de la piel tú lo percibes, pues comienzas a sonreír y tu corazón palpita con mucha fuerza; en ese momento acá adentro todo se ilumina, como si la luz de tu mirada alegre se reflejara en tu vientre para hacerme saber que estás ahí. Es un momento único y **¡Me hace tan feliz!**

Mami llevo ya algo de tiempo acá y aunque lo disfruto mucho porque todo es perfecto, tengo muchas ganas de poder mirar tus ojos de cerca y sentir tus caricias; esas que he sentido cada vez que llevas tus dos manos hacia tu vientre. Sé que lo haces para que yo sepa cuánto me amas.

¡Ya casi es hora mami!, me hace mucha ilusión saber que estaré pronto en tus brazos. Podré al fin sentirte, olerte, escucharte, mirarte y probarte. Todos mis sentidos encontrarán una razón de ser al iniciar sus funciones en algo tan hermoso y perfecto que la vida ha preparado para mí: **ESA ERES TÚ.**

¿Sabes mamá? Tanta alegría y tanta emoción de poderte ver al fin, en ocasiones me hace preguntarme si yo podré ser ese bebé que con tanta ilusión tú esperas; creo tener la respuesta: Tú me conoces ya, este poder mágico que tengo me ha permitido mostrarme ante ti tal y como soy, sé que a veces estás muy distraída, no te preocupes, cuando hay silencios yo te miro y me concentro mucho, mucho para regalarte otra partecita de mí a través de mi pensamiento y eso te hace suspirar. Así que sí, estoy seguro que me conoces ya y ese bebé en el que piensas soy yo.

¡Yo te conozco también! Te veo desde aquí adentro, cuando duermes, cuando cantas, cuando ríes y cuando luchas... Ya quiero estar contigo, con esta mamá que ya conozco. Es cuestión de reencontrarnos. Confío en que haremos un gran equipo, intentaré seguir usando mi poder mágico para decirte lo que necesito y lo que siento; y que sepas cuánto te amo y lo feliz que me hace ser tu bebé. Confío en que tú serás mi mejor intérprete.

¿Será difícil comunicarnos mamá? Yo tardaré en hablar tu idioma - bueno no importa - porque en el silencio nuestros corazones seguirán latiendo juntos y ahí encontraremos las respuestas siempre.

¿Y si algo fallara? **-Nada será para mí más grande que tu presencia-** eso me dará confianza, eso me dará paz. Sé que nos estamos conociendo y aprenderemos juntos, nada será tu culpa mamá. Sé que quieres ser la mejor para mí, pero no te compares, no es necesario que leas muchos libros de cómo ser la mejor, sólo cierra tus ojos, respira profundo y escucha tu corazón conectado al mío... Ahí en ese silencio está la respuesta: AMOR, siempre será nuestra palabra mágica.

Te veo afuera mamá, seguiremos siempre juntos y yo estaré en tus brazos, mi lugar soñado.



Gabby Santaella
psiconatal

PSIC. GABRIELA SANTAELLA MORALES

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

Educadora en Masaje Infantil IAIM.

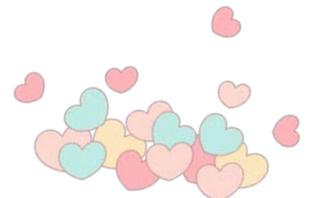
Céd. Prof. 3015938 Céd. Esp. 7464050

Citas: (999) 269 0328

Atención Presencial y Online

 @gabbysantaellapsiconatal

 Gabby Santaella





GRAN
variedad de
productos a los
MEJORES
PRECIOS

¡Encuentra tu sucursal
más cercana!



¡ESCANEA Y DISFRUTA
de las ofertas para ti



*Servicio a domicilio GRATIS sin mínimo de compra

Quistes de ovarios



Son sacos llenos de líquido que se encuentran en los ovarios. Son comunes y generalmente se forman durante la ovulación. Muchas mujeres con quistes ováricos no presentan síntomas. Los quistes generalmente son inofensivos.

Las clases más comunes de quistes ováricos (denominados quistes funcionales) se forman durante el ciclo menstrual. Generalmente son benignos (no cancerígenos).

Los dos tipos de quistes más comunes son:

- **Quistes foliculares:** Se forman cuando el folículo no se rompe para liberar al óvulo. Esto genera que el folículo siga creciendo hasta convertirse en un quiste. Los quistes foliculares no suelen provocar síntomas y desaparecen de uno a tres meses.
- **Quistes del cuerpo lúteo:** Se forman si la bolsa no se encoge. En lugar de eso, la bolsa se vuelve a sellar luego de liberar el óvulo y posteriormente se forma líquido en su interior. La mayoría de los quistes de cuerpo lúteo desaparecen después de unas semanas.

Las causas más comunes de quistes ováricos incluyen:

- Problemas hormonales.
- Endometriosis.
- Embarazo.
- Infecciones pélvicas graves.

Si un quiste presenta síntomas, es probable que sientas presión, hinchazón, inflamación o dolor en la parte baja del abdomen en el lado donde se encuentra el quiste. El dolor puede ser agudo o leve, puede aparecer y desaparecer. **Se puede detectar un quiste en el ovario durante un examen pélvico o en una prueba por imágenes, como una ecografía pélvica.**

Según el tamaño del quiste y si está relleno de líquido o materia sólida, es probable que el médico especialista recomiende otras pruebas para determinar el tipo de quiste y la necesidad de tratamiento.

En ocasiones el médico especialista descubre tipos de quistes menos frecuentes durante un examen pélvico. Por eso es importante hacerse chequeos con regularidad.

GINECO-OBSTETRICIA, ONCOLOGÍA GINECOLÓGICA

Dr. Álvaro Cámara Ayuso

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

ATENCIÓN ESPECIALIZADA EN:

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

DETECCIÓN Y TRATAMIENTO OPORTUNO DE:

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

Permiso S.S.A. 31AV0042016

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

CMA
Centro Médico de las Américas



Desayuna completa

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

por \$ 149 pesos




@MATILDASALONMX

R: (999) 921 1452

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

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

Revista Salud & Vida



¡Gracias!

*Por compartir estos años
con nosotros.*

 *Revistasaludyvida*

 *Revista_saludyvidamx*

www.Revistasaludyvida.com.mx





TODA LA
CERVEZA

QUE PUEDAS TOMAR

¡ES GRATIS!*



Crabster

SEAFOOD & GRILL



EXCLUSIVO

CRABSTER PASEO 60

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





PREMIUM



STEAKS

LOS MEJORES CORTES, EN EL MEJOR LUGAR.

SANBRAVO®

SEAFOOD & STEAKHOUSE



**LO EXQUISITO
FRENTE AL MAR.**



Crabster
SEAFOOD & GRILL



**MALECÓN DE
PROGRESO**

RESERVA
969 103 6522

  [crabstermx](#)



DESAYUNO COMPLETO

@silverfishmx

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

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



SILVER FISH
seafood & grill



DISFRUTA LA AUTÉNTICA

COCINA DE MAR

LUNES A DOMINGO
8:00 AM - 10.00 PM

  @MOBULAMX


MALECÓN DE PROGRESO





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

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

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

* Consulta términos y condiciones
Aplica restricciones.





OSWALDO VALENCIA

CLÍNICA INTEGRAL DEL APARATO DIGESTIVO

Ced. Prof. 3175635 INCAN, ASGE

Los miembros de la ASGE se especializan en Endoscopia y Problemas Digestivos

UADY, CONSEJO MEXICANO DE GASTROENTEROLOGÍA, A.C.



Permiso S.S.A. 31S008X

TENEMOS EL EQUIPO MÁS VANGUARDISTA DEL SURESTE MEXICANO

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

Endoscopia Flexible Avanzada:

-Panendoscopia, - Colangiopancreatografía (CPRE),
Colonoscopia.

- Manometría - PHmetría
- Cápsula endoscópica.

ULTRASONIDO ENDOSCÓPICO OLYMPUS PREMIER PLUS

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



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

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

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



**¿OYE, PERO NO ENTIENDE?
CELEBREMOS JUNTOS
ESE AMOR INCONDICIONAL**

**LOS MEJORES
APARATOS
DE MÉXICO**

**HASTA
12 MESES
SIN INTERESES**



ESCANÉAME



SOLICITA TU AUDIOMETRÍA GRATIS AL TELÉFONO:

800 060 5000

VISÍTANOS EN SORIANA HÍPER CANEK

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

www.audiotech.com.mx

AUT. COFEPRIS 223300201A2641



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



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

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

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

CENTRO

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

SUCURSAL CHUMINOPOLIS

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

SUCURSAL COL. MÉXICO

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

SUCURSAL FCO. DE MONTEJO

Calle 7 no. 337 Xcumpich
Local no. 8
Interplaza
Tel. (999) 195 28 91
HORARIO DE ATENCIÓN:
DE 9 AM A 2 PM Y 3PM A 6PM
WHATSAPP: 999 103 5333

TIENDA VILLAS DEL RÍO

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

TIENDA ESPECIALIDADES

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

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

———— SUCURSALES EN CAMPECHE ABREN SÁBADO DE 9 AM A 2 PM ————



Abastecedor Hospitalario del Sureste



Abastecedor_hospitalario_ahs