

# Salud & Vida



EN PORTADA:

**Dr. Gustavo Escobedo  
Contreras**

Ginecología - Obstetricia - Fertilidad

EL ENFOQUE MÉDICO HUMANO

**YUCATÁN-CAMPECHE**



**PRESENTANDO:**  
**RESERVA OVÁRICA:**  
Clave en la Planificación de la Maternidad

Reconociendo la  
**ANSIEDAD**

*Dra. Mónica I. Sánchez Pérez*

Dedicación y compromiso  
**AL SERVICIO DE TU SALUD**

*Dra. Sol Hernández Delgado*

**¡MÁS ALLÁ DEL  
TRATAMIENTO!**

La importancia del cuidado de la piel y  
la nutrición en pacientes con cáncer

*EE. Vanessa Jaramillo*



# ¡VISITA NUESTRAS SUCURSALES!

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



#### **Meses sin intereses**

Mínimo de compra \$7,000.00\*

\*3 meses sin intereses en toda la tienda  
Únicamente con tarjeta Banamex



#### **Líder del segmento**

¡Abasteciendo tu negocio de insumos  
para la salud!



#### **Te bonificamos tus compras**

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



¡Escanear para saber más!

#### **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

#### **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

#### **Mérida**

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

#### **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

#### **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

#### **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



Publicidad dirigida a profesionales de la salud



# La psoriasis...

## Más que una enfermedad de la piel

Te puedes imaginar vivir con dolor, ardor, picazón en ciertas partes de tu cuerpo, independientemente de las lesiones visibles que esta enfermedad causa... Esto es lo que padecen las personas que viven con psoriasis.

La psoriasis es una enfermedad inflamatoria crónica que provoca una renovación acelerada de las células de la piel, dando lugar a la acumulación de escamas y zonas inflamadas.



Puede afectar a diferentes localizaciones de la piel; lo más frecuente es que se manifieste como placas rojas y descamativas en la piel sobre las extremidades o sobre la piel que recubre las articulaciones (codos, rodillas), pero hay formas menos conocidas y muy invalidantes como la psoriasis genital, la del cuero cabelludo o las formas con afectación de palmas y plantas.

La psoriasis puede tener serias consecuencias a nivel psicológico. Los síntomas de esta enfermedad generan estrés, incomodidad y tensión emocional, afectando el bienestar integral del paciente, incluyendo lo físico, emocional, social, y profesional/ocupacional, entre otras.

Como en cualquier enfermedad crónica, el impacto emocional y la gravedad en sí depende la extensión de la enfermedad y cuando afecta

zonas especiales como cuero cabelludo, genitales, cara, palmas y plantas.


Aunque normalmente se piensa que la psoriasis es una enfermedad que sólo afecta a la piel, lo cierto es que afecta a **TODO** el organismo.


La psoriasis afecta principalmente la piel, pero puede estar asociada con otras condiciones de salud, siendo más comúnmente la artritis. También se ha relacionado con un aumento de las tasas de enfermedad cardíaca y posiblemente muchos otros problemas, incluyendo diabetes, ansiedad y depresión, y enfermedades inflamatorias intestinales.

El tipo de tratamiento utilizado depende de la superficie corporal total afectada y de la gravedad de las lesiones.

Es importante identificar las lesiones, entender que la psoriasis no es contagiosa para no estigmatizar y tranquilizar a los pacientes. Evitar el estrés emocional intenso, y llevar una dieta saludable, así como hacer ejercicio regularmente pueden ayudar a disminuir la inflamación y mejorar la enfermedad.



 Dra. Mary Tere Flores - Médico Dermatólogo -

 @drafloresguillotderma

### Dra. María Teresa Flores Guillot


Especialista en Dermatología


Certificada por el Consejo Mexicano de Dermatología.

Ced. Prof. 10180015 ANÁHUAC Ced Esp. 13183329 UCMHO

 **FRACCIONAMIENTO LAS AMÉRICAS PRIMERA ETAPA**  
Calle 57 entre 122 y 124 No. 1005.

Tel. Fijo : (999) 917-2656

 (999) 214-8402

 **MÉDICA DORADA**  
Calle 52 No. 207 x 21 Fraccionamiento Zona Dorada. Frente a la Glorieta de Plaza Las Américas y Bicimotos.

Tel. Fijo : (999) 945-3384





## 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

¡CONTÁCTANOS!

f 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





# EDITORIAL SALUD Y VIDA

## Febrero 2026

Hoy es el momento perfecto para reflexionar sobre lo que queremos lograr y cómo alcanzar esos objetivos que nos inspiren a ser nuestra mejor versión, siendo nuestra salud, uno de los tesoros más valiosos.

A todos los profesionales de la salud y profesionales que están dentro de esta área ¡Gracias! ... por estar cuando más se necesita, por sostener la vida en los momentos más difíciles y por no rendirse aún en el cansancio.

A quienes dejan el alma y el corazón en cada cirugía, en el control de cada enfermedad crónica, en cada quimioterapia, en cada diagnóstico y en cada tratamiento.

Nos encontramos en un punto de inflexión histórico donde el arte de la medicina se enfrenta simultáneamente a sus mayores desafíos y a sus oportunidades más transformadoras.

Los avances tecnológicos no se detienen y en el mundo de la medicina se siguen ampliando los horizontes.

Esta edición de nuestra revista no solo busca informar, sino provocar una reflexión necesaria sobre nuestro papel en una sociedad que cambia a velocidad exponencial. La medicina en la era de la complejidad.

Continuamos impulsando a los profesionales, conectando a la industria, acercando información fidedigna a las familias y fortaleciendo nuestra comunidad médica. Cada página de la Revista Salud y Vida lleva todo nuestro esmero y compromiso hacia cada uno de ustedes.

**UNA TRAYECTORIA INFORMATIVA AUTÉNTICA  
19 AÑOS CONTIGO Y TUS SERES QUERIDOS**

*Testigos del increíble desarrollo de la tecnología en el  
área de la salud.*

***Somos Revista Salud y Vida***

*Lic. José Luis Preciado*  
DIRECTOR GENERAL





# Al cuidado de la Salud Masculina

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

- Tratamiento **láser y percutáneo** de las piedras en el riñón
- Cirugía láser de próstata (HoLEP) y de **minima invasión (MIST)**
- Tratamiento de **minima invasión** para **problemas urológicos**
- Prevención y diagnóstico temprano del cáncer de próstata
- Vasectomía **sin bisturí**, circuncisión láser y tratamiento de verrugas genitales.

AGENDA TU CITA

 **999 611 7430**



 **HOSPITALES**  
**Star Médica**  
Consultorio 724, piso 7

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



# Recupera tu movilidad y confianza

**Dr. Iván Rafael Torres Ruíz**

Especialista en Traumatología y Cirugía Ortopédica  
Ced. Prof. 09083086 UNACH Ced. Esp. 12435886 UNAM

## Estoy para ayudarte

- Fracturas
- Lesiones
- Cirugía de urgencia
- Desgaste articular
- Cirugía articular
- Prótesis de rodilla y cadera

Citas: **(985) 146 4577**  
Urgencia: **(967) 141 0017**



CEM  
Consultorio 318



AMERIMED  
Hospitals  
Consultorio 521

 Torres Ortopedia  @torres\_ortopedia

# LA DECISIÓN QUE CAMBIARÁ TU SONRISA

**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.




**The White Loft**

Specialized Dental Institute

MAYOR INFORMACIÓN:

**(999) 481-9776**

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

 [www.thewhiteloft.mx](http://www.thewhiteloft.mx)  The White Loft  TheWhiteLoftMx







# Luxación DE COSTILLAS

## UN PROCEDIMIENTO QUIRÚRGICO QUE LLEGÓ PARA QUEDARSE

La búsqueda de una silueta perfecta y femenina es una aspiración muy deseada entre muchas mujeres. Con la luxación de costillas, puedes alcanzar la cintura definida y la forma en reloj de arena que siempre has deseado, realizando tu belleza natural de manera segura y efectiva.

La luxación de costillas, también conocida como procedimiento B Waist, es una técnica quirúrgica innovadora diseñada para esculpir la cintura y crear una figura más acentuada.



Este procedimiento implica realizar pequeñas incisiones de entre 4 a 6 milímetros para acceder a las costillas y ajustar su posición, logrando una cintura más estrecha y una silueta más definida de manera personalizada y armoniosa.

Se enfoca específicamente en las costillas flotantes, que son las dos últimas costillas del cuerpo y no están unidas directamente al esternón. Gracias a su ubicación y función, estas costillas pueden ser modificadas sin comprometer órganos vitales, siempre que el procedimiento sea realizado por un cirujano experto.



### ¿QUIÉNES SON CANDIDATAS IDEALES?

- Mujeres que desean mejorar la definición de su cintura y resaltar su silueta en reloj de arena de forma natural y elegante.
- Aquellas que buscan una solución efectiva para complementar su transformación corporal, ya sea después de una lipoescultura, aumento de glúteos u otros procedimientos estéticos.
- Individuos comprometidos con su bienestar y que mantienen un peso saludable.

*¡Obtén una cintura más definida y una forma curvilínea que resalte tu feminidad de manera natural!*

*Complementa la forma de tus glúteos, abdomen y pecho para lograr una apariencia equilibrada y estéticamente atractiva.*

*Disfruta de una mayor confianza en ti misma al lucir una silueta más esculpida y atractiva.*

### DR. CARLOS A. MARENCO CORREA

Cirujano Plástico, Estético y Reconstructivo.  
Ced. Esp: 5472226 - UNAM

Hospital Faro del Mayab.  
Consultorio 806 piso 8.  
Tel: (999) 921 4924

Cenit Medical Center.  
Consultorio 1008 y 1009.  
Tel: (999) 406 0153  (999) 250 9024



# DEGENERACIÓN MACULAR

*¿Tienes dificultad para reconocer rostros o detalles finos?*

La degeneración macular es una condición que afecta la parte central de la retina, conocida como mácula.

La función de la mácula es esencial para realizar actividades cotidianas como leer, conducir, reconocer rostros y realizar tareas detalladas. Cuando la mácula comienza a deteriorarse afecta la capacidad de ver objetos directamente frente a ti con claridad.

***Esta enfermedad es una de las principales causas de pérdida de visión en adultos mayores de 50 años.***

Se puede presentar de forma húmeda o seca, esta última se desarrolla en 9 de cada 10 personas y es de muy lenta progresión. En la degeneración macular húmeda se producen vasos sanguíneos anormales que sangran y dejan filtrar el líquido, provocando una disminución brusca de la visión.



Los tratamientos para este padecimiento no curan la enfermedad, pero prolongan la visión en el tiempo.

La degeneración macular es una enfermedad multifactorial, lo que significa que varias condiciones y factores de riesgo pueden contribuir a su desarrollo.

Entre ellos destaca la edad avanzada, la genética ya que un historial familiar de degeneración macular aumenta significativamente el riesgo de desarrollarla, hábitos de vida poco saludables como fumar, una dieta baja en antioxidantes, como vitaminas C, E y zinc, condiciones médicas preexistentes: enfermedades como hipertensión, diabetes y obesidad pueden aumentar el riesgo, exposición prolongada a la luz ultravioleta.

Detectar la degeneración macular en sus etapas iniciales es crucial para evitar que la enfermedad avance.

Principalmente se manifiesta por pérdida de visión o distorsión, los marcos de las puertas o las ventanas ya no se ven derechos o alineados, se empiezan a observar con bordes ondulados.

Cuando hay sangrado se ve una mancha al centro que impide la visión.

Si experimentas alguno de estos síntomas, programa una evaluación oftalmológica completa. La detección temprana puede marcar una gran diferencia en el manejo de la enfermedad.

La degeneración macular es una condición que puede afectar significativamente tu calidad de vida si no se detecta y trata a tiempo.

Sin embargo, con los avances recientes en tecnología oftalmológica, ahora es posible ralentizar su progreso y mejorar la visión central.

*Dra. Guadalupe Canul*

Especialista en Oftalmología y Oculoplastia

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



@dra.canul



Oftalmología Dra. Lupita Canul



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



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



# ¡Más allá del TRATAMIENTO!

## *La importancia del cuidado de la piel y la nutrición en pacientes con cáncer*

Día Mundial contra el Cáncer (4 de febrero): Un llamado a la prevención, tratamiento integral y cuidado de la salud.

Cada 4 de febrero se conmemora el Día Mundial contra el Cáncer, una fecha establecida para concientizar sobre esta enfermedad, sus factores de riesgo, la importancia de la detección temprana y los tratamientos disponibles. Esta estrategia global busca no solo reducir la incidencia y mortalidad asociadas al cáncer, sino también mejorar la calidad de vida de quienes viven con esta condición.

En México, el cáncer representa una de las principales causas de muerte y morbilidad en la población. Se estiman más de 195 000 nuevos casos cada año, con una mortalidad significativa debido a diagnósticos tardíos y acceso desigual a servicios de salud. Los tipos de cáncer con mayor incidencia en el país varían entre hombres y mujeres: en hombres destacan próstata, pulmón, colon y recto, mientras que en mujeres prevalecen mama, cervicouterino y tiroides.

Los tratamientos oncológicos como la quimioterapia y la radioterapia constituyen pilares fundamentales para combatir células cancerígenas. La quimioterapia utiliza fármacos que viajan por todo el cuerpo para atacar células que se dividen rápidamente, una característica de muchas células malignas. Puede ser utilizada antes de una cirugía para reducir tumores o después para eliminar células residuales. Por su parte, la radioterapia aplica radiación dirigida al tumor para destruir el ADN de las células cancerosas y detener su proliferación, siendo especialmente eficaz en tumores localizados. Estos tratamientos, además de sus innumerables beneficios, tienen efectos adversos importantes que requieren un manejo integral.

Entre los efectos secundarios más comunes están la fatiga, náuseas, alteraciones hematológicas y de manera muy significativa, impactos sobre la piel. Estas terapias pueden inducir resequedad, irritación, radiodermatitis (reacción



inflamatoria de la piel) y mayor sensibilidad, lo cual no solo afecta la comodidad del paciente, sino también puede aumentar el riesgo de infecciones y complicaciones adicionales.

Por eso, es fundamental fortalecer la piel: antes, durante y después del tratamiento. Estrategias sencillas como el uso de productos hidratantes y restauradores de piel, óleos que penetren hasta una capa más profunda, productos que protejan ante la radiación del tratamiento, protección solar estricta y evitar exposiciones directas al sol; pueden marcar una diferencia significativa en la integridad cutánea y el bienestar general del paciente.

Desde una perspectiva nutricional y de suplementación, el abordaje también es clave. Una alimentación balanceada, rica en antioxidantes, vitaminas, minerales y proteínas de alta calidad, ayuda a fortalecer el sistema inmunológico, mejorar la respuesta a tratamientos y reducir la inflamación.

Nutrientes como vitamina D, omega-3, vitaminas del complejo B y probióticos, cuando se integran bajo supervisión de un profesional de la salud, pueden apoyar la regeneración celular, disminuir efectos secundarios y mantener masa muscular durante el tratamiento.

Además de tratamientos médicos, el apoyo integral —incluyendo educación, manejo de síntomas, cuidado de piel y guía nutricional— es esencial para acompañar a la persona que lo padece y a familiares en cada etapa del proceso contra el cáncer.

En JG Enfermería ofrecemos servicios especializados para el cuidado de la piel y asesoría en suplementación diseñados para acompañar a personas que enfrentan tratamientos oncológicos. Nuestro enfoque combina atención personalizada, estrategias preventivas y acompañamiento profesional durante el tratamiento.

Estamos comprometidos con tu salud y calidad de vida, acompañándote en cada paso de tu tratamiento y recuperación.

**ASESORÍA CLÍNICA ESPECIALIZADA Y COORDINACIÓN ACADÉMICA**

**EE. Vanessa Jaramillo**  
Ced. Prof. 3567362 - UNAM

**SERVICIO A DOMICILIO**  
**Citas: (999) 156-5589**



 **ENFERMERIA**  
JG GROUP

# PRIMAVERA 2026

## OFERTA ACADÉMICA

CAMPUS SUR  
MÉRIDA

EP  
de México



NUEVO PROGRAMA

DOS SÁBADOS AL MES

28  
FEB

MAESTRÍA EN  
SALUD PÚBLICA  
Y SALUD MATERNA  
PERINATAL

2 AÑOS

PRESENCIAL

Y VIDEO CLASES EN VIVO

UNO PRESENCIAL Y UNO EN LÍNEA

UN SÁBADO AL MES

28  
FEB

DIPLOMADO EN  
ENFERMERÍA  
CARDIOLÓGICA

10 MESES

VIDEO CLASES

EN VIVO

DOS SÁBADOS AL MES

7  
MAR

DIPLOMADO EN  
ENFERMERÍA  
NEONATAL

5 MESES

VIDEO CLASES

EN VIVO

DOS DOMINGOS AL MES

8  
MAR

DIPLOMADO EN  
URGENCIAS  
MÉDICO  
QUIRÚRGICAS

6 MESES

PRESENCIAL

DOS SÁBADOS AL MES

14  
MAR

MAESTRÍA EN  
ADMINISTRACIÓN  
DE HOSPITALES

2 AÑOS

PRESENCIAL

Y VIDEO CLASES EN VIVO

UNO PRESENCIAL Y UNO EN LÍNEA

ESCOLARIZADO

DOS FINES DE  
SEMANA AL MES

21  
MAR

ESPECIALIDAD EN  
ENFERMERÍA  
NEFROLÓGICA

18 MESES

PRESENCIAL

ESCOLARIZADO

DOS FINES DE  
SEMANA AL MES

21  
MAR

ESPECIALIDAD EN  
ENFERMERÍA  
QUIRÚRGICA

18 MESES

PRESENCIAL

ESCOLARIZADO

DOS FINES DE  
SEMANA AL MES

21  
MAR

ESPECIALIDAD EN  
ENFERMERÍA  
OBSTÉTRICA  
Y PERINATAL

18 MESES

PRESENCIAL

UN DOMINGO AL MES

22  
MAR

DIPLOMADO EN  
ODONTOPEDIATRÍA

10 MESES

PRESENCIAL

Y VIDEO CLASES EN VIVO

ESCANEA EL  
CÓDIGO



Y RECIBE MÁS  
INFORMACIÓN  
POR WHATSAPP



221 593 8932

CONSULTA NUESTRA OFERTA  
ACADÉMICA EN:  
[www.epmerida.com](http://www.epmerida.com)

CAMPUS MÉRIDA

Calle 42 x 33 #300  
Col. Montes de Amé  
Mérida, Yucatán



LLAMA PARA INFORMES

220 420 6999

LUNES A SÁBADO: 8:00 A 18:00  
DOMINGO: 8:00 A 14:00

f EP DE MÉXICO CAMPUS SUR  
@ epdemexicocentro  
ep\_de\_mexico



# Reconociendo la ANSIEDAD

*Todos hemos sentido ansiedad en algún momento:* ante un examen, una entrevista de trabajo, una exposición en público; pero cuando ésta se instala en nuestras vidas comienza a limitar nuestro día a día.

Tras una ruptura, una pérdida de un ser querido o simplemente de repente, sin razón aparente, es cuando la ansiedad comienza a afectarnos, y más aún, cuando lo padecen grupos más vulnerables como nuestros niños y adolescentes.

Uno de los trastornos mentales más prevalente en la infancia y la adolescencia son los trastornos de ansiedad. En muchas ocasiones no se presentan solos, sino que se asocian a comorbilidades como depresión, dificultades académicas y abuso de sustancias, entre otras.

Es un conjunto de procesos psicológicos y fisiológicos que aparecen cuando captamos peligros reales o percibidos, y que nos predispone a reaccionar rápidamente a la menor señal de que hay que hacerlo. Hace que el sistema nervioso permanezca en un estado de alta activación, de manera que se vuelve más sensible a los estímulos imprevistos. Se trata de una respuesta adaptativa del ser humano, siempre que ésta sea proporcionada al estímulo que la desencadena.

La ansiedad comienza a preocuparnos cuando aparece de repente, de forma injustificada y sin motivo aparente. Si los síntomas físicos son muy elevados, además nos asustaremos.



Taquicardia, dificultad para respirar, mareo, tensión muscular, entre otros, son algunos de los síntomas característicos.

Es una respuesta natural del cuerpo. A lo largo de miles de años, le ha permitido al ser humano sobrevivir. Y si bien atravesamos episodios de este trastorno en todas las edades, **durante la niñez y la adolescencia se presentan con características particulares.**

**Un cuadro ansioso es una respuesta frente a una amenaza. Se trata de algo natural y esperable, pero cuando se excede, entonces aparecen los trastornos.**

Los adolescentes pueden acarrear dificultades para la gestión de las emociones que provengan de la niñez. Es una etapa de labilidad emocional, por lo que el riesgo de padecer trastornos de salud mental es más elevado. La regulación emocional, cuando somos niños, viene dada a través de las figuras de referencia.

Los pequeños se regulan a través de los padres. Así que las estrategias para reducir la ansiedad en nuestros hijos nos tendrán como principales involucrados.

## Dra. Mónica I. Sánchez Pérez

Médico Psiquiatra Especialista en Psiquiatría Infantil y de la Adolescencia

Ced. Prof. 4656154 UADY Ced. Subesp. 9663015 UNAM

**Teléfono: (999) 386 9552**

**Celular: (999) 442 8652**

Edificio Platino CMA Consultorio 2  
Calle 56 por Av. Pérez Ponce, Mérida, Yucatán CP: 97000



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



**Dr. Martin Rosas**

Cirugía general y laparoscópica  
Céd. Prof. 9788161-AUC Céd. Esp. 12776340-UADY

*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**

Hospital  
**Amerimed Mérida**  
**CONSULTORIO 513**

✉ Cirujanomartinrosas@gmail.com @dcmartinrosascirujano

Dr Martin Rosas Cirugía General - Laparoscópica Cofepris: 2431012002A00380

¡No dejes para mañana  
**TODAS LAS SONRISAS**  
que puedas regalar hoy!

**CONTAMOS CON ESPECIALISTAS EN:**

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

Contáctanos:

☎ (999) 334 1652

☎ (999) 946 6444

**Quality dental**  
ESPECIALIDADES ODONTOLÓGICAS

**Dra. Vanessa Peraza Martin & asociados**  
Ced. Prof. 13191542-UADY

📍 Calle 50 Num. 313 Local 7 por 51 y 53 Francisco de Montejo  
www.qualitydental.mx @qualitydentalmid1 Quality Dental

Todo lo que tus  
**TRABAJADORES**  
NECESITAN DE UN

*Servicio Médico*

**Dra. Mariana**

Alejandra Gómez De La Cruz  
**MEDICINA GENERAL**

Ced Prof. 11680055 Universidad Anahuac Mayab

**Especialista en Gestión de la  
Salud y el Bienestar Corporativo**

**PORQUE PREVENIR  
ES MEJOR**

**AGENDA TU CITA:**

☎ (999) 112 2048 ☎ (999) 912 7245

**CENIT**  
Medical Center

**Consultorio 718**  
Piso 7, Calle 15 #501  
por 18 y 22 Altabriza.

📱 Dra Mariana Gómez de la Cruz  
@dramarianagomez

*¡La Prevención*  
**SALVA VIDAS!**



**DR IVÁN ARTURO  
VELUETA**  
CIRUJANO UROLOGO

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

**RECIBE ATENCIÓN  
ESPECIALIZADA**

- Urología General
- Padecimientos en Genitales Masculinos
- Urología Oncológica
- Cirugía General Urológica

📱 **Whastapp:**  
**(999) 267 0531**

**Star Médica**  
Consultorio. No. 629

**AMERIMED Hospitals**  
Consultorio. No. 402

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



# ENDOMETRIOSIS

## Una enfermedad que afecta a muchas mujeres



La endometriosis es un problema de salud que aqueja a muchas mujeres y que, a pesar de su alta incidencia, aún genera muchas dudas. Aunque no siempre acapara los reflectores, la endometriosis es una condición que requiere una mayor exposición y comprensión.

Es una enfermedad prominente en México, ya que una de cada 10 mujeres en edad reproductiva padece endometriosis en algún momento de su vida. De estas, la mitad de quienes desarrollan esta enfermedad tiene problemas de infertilidad.

El útero está recubierto por un tejido llamado endometrio. Este tejido, de manera cíclica, cada 28 o 30 días, si no se presenta un embarazo, se desecha, dando lugar a la menstruación.

La endometriosis se produce cuando un tejido similar al endometrio tiene las mismas características y responde a las hormonas de forma idéntica, comienza a crecer en otras áreas del cuerpo fuera del útero.

Este tejido, al igual que el endometrio uterino, se desprende con cada ciclo menstrual. No obstante, al no poder salir del cuerpo, queda atrapado. Lo que genera tejido cicatricial benigno que se adhiere a los órganos circundantes.

Comúnmente, la endometriosis afecta la zona abdomino-pélvica, incluyendo órganos como los ovarios, las trompas de Falopio, la vejiga, el recto y los intestinos.

Identificar los síntomas de la endometriosis es fundamental para un diagnóstico temprano y un manejo adecuado de la enfermedad.

***La principal y más sensible señal de alerta es el dolor en la pelvis.***

Este dolor puede volverse crónico y manifestarse de diversas maneras, incluyendo un dolor menstrual intenso (dismenorrea) que excede la molestia habitual, dolor durante o después de las relaciones sexuales (dispareunia), y dolor al orinar o defecar, especialmente durante el periodo menstrual.

El tratamiento de la endometriosis dependerá de la gravedad de los síntomas, la edad, la localización, los deseos de quedar embarazada y hasta dónde se ha extendido la enfermedad.



***Dra. Mónica Edith Flores Torres***

Ginecóloga y Obstetra especializada en colposcopia, control del embarazo, papanicolaou, cirugía ginecológica, cirugía obstétrica y partos.

Ced. Prof. 7283167 UNACH Ced. Esp. 11117648 UADY

**HUMANITI**  
HOSPITAL DE ESPECIALIDADES MÉDICAS  
**CONSULTORIO 221**

56 Y 56 A CALLE 33, CENTRO, 97000 MÉRIDA, YUC.

**CEL: (999) 163 6072**  
**CITAS: (999) 996 8031**



Ginecología y Obstetricia  
Dra. Mónica Edith Flores Torres

*Tu Ginecóloga de Confianza*



# MEDICAMENTOS DE ALTA ESPECIALIDAD



- Oncología
- Hematología
- Ortopedia
- Reumatología
- Dolor
- Controlados
- Analgésicos
- Anestésicos
- Urología
- Nefrología

-Medicamento  
hospitalario

¡Y MÁS!

Horarios:  
LUN-VIER: 8:00 a. m. - 8:00 p. m.  
SÁBADO: 9:00 a. m. - 1:00 p. m.

Visítanos en sucursales de

# MÉRIDA & CAMPECHE

**FARMACIA DIFASA ELITE  
ALTABRISA  
MÉRIDA, YUCATÁN**

Calle 15 #491, Local 6, Torre  
Milenium, Colonia Altabrisa,  
Código Postal 97133  
**TELÉFONO:** 999 167 9723  
**WHATSAPP:** 999 553 4413



**FARMACIA DIFASA ELITE  
ITZAES  
MÉRIDA, YUCATÁN.**

Calle 32 #247b x 25 y 27,  
Colonia García Ginerés,  
Código Postal 97070  
**TELÉFONO:** 999 948 8306  
**WHATSAPP:** 999 592 4382



**FARMACIA DIFASA ELITE  
CAMPECHE  
SAN FRANCISCO DE  
CAMPECHE, CAMPECHE**

C. Camino Antigua a China,  
Núm. 23, Local 3 y 4, Sec.  
Las Flores, CP. 24096  
**TELÉFONO:** 981 688 5655  
**WHATSAPP:** 981 134 6103



Encuétranos también en

¡Escanea y mándanos un mensaje!

Cancún - Quintana Roo

Villahermosa - Tabasco



@farmaciasdifasaelite



999 342 8895



# CRISIS CONVULSIVAS Y EPILEPSIA

## Comprendiendo la diferencia entre un trastorno y una crisis

Los términos “convulsión” y “epilepsia” suelen utilizarse indistintamente, pero se refieren a fenómenos diferentes. Comprender cada uno de ellos es fundamental para un diagnóstico y un tratamiento preciso. La **epilepsia** es un trastorno que produce convulsiones pero no todas las personas que tienen convulsiones tienen epilepsia.

La epilepsia es un trastorno neurológico donde las personas son propensas a sufrir convulsiones frecuentemente.

Las **convulsiones** pueden aparecer por una causa específica de manera aguda. Sin embargo, cuando hablamos de epilepsia, las convulsiones son recurrentes, es decir, se repiten en el tiempo. Estas personas son más “sensibles” a los estímulos (externos e internos) que pueden producir una convulsión.

Hay muchas posibles causas por las cuales las personas pueden tener epilepsia. Puede ser debido a tumores cerebrales, meningitis, malformaciones congénitas o traumatismos cerebrales.

Presenciar una crisis convulsiva puede ser impactante, pero mantener la calma y saber cómo actuar es crucial para la seguridad de la persona afectada. Una crisis convulsiva es una manifestación súbita, generalmente breve, de una actividad eléctrica anormal, excesiva y sincrónica en el cerebro. Este fenómeno puede presentarse de múltiples formas, dependiendo del tipo de crisis y de la zona cerebral afectada.



### *Durante una crisis convulsiva pueden observarse:*

- Pérdida del control de esfínteres (micción o defecación involuntaria).
- Mordedura de la lengua, especialmente en el borde lateral.
- Salivación excesiva o salida de espuma por la boca.
- Cambios en el color de la piel, como palidez o cianosis.
- Ojos en blanco o desviación de la mirada.

Más allá de sus manifestaciones clínicas, cualquiera de estos padecimientos conlleva un impacto psicosocial significativo.

Las personas que lo padecen pueden enfrentar estigma, discriminación y vulneración. La epilepsia es uno de los trastornos neurológicos más comunes y se estima que hasta el 70% de las personas con epilepsia pueden llevar una vida normal si reciben el tratamiento adecuado.



**Dr. Roberto  
Rodríguez Rivas**  
NEUROLOGÍA - NEUROINMUNOLOGÍA



CED. PROF. 8929761 - UADY CED. ESP.12467582 - UNAM

CITAS: (999) 941 9456 / (999) 927 1004 URGENCIAS: (999) 127 4296

HOSPITAL  
**FARGO**  
DEL MAYAB

CONSULTORIO 717

**CMA**  
CENTRO MEDICO DE LAS AMERICAS

CONSULTORIO 114



Dr. Gustavo Escobedo  
Contreras

Ginecología - Obstetricia - Fertilidad



# Reserva Ovárica:

**Clave en la Planificación  
de la Maternidad**

La **reserva ovárica** representa la cantidad total de ovocitos (huevos) que una mujer tiene en sus ovarios en un momento determinado.

A diferencia de los hombres, las mujeres nacen con un número finito de óvulos que disminuye progresivamente con la edad, especialmente a partir de **los 35 años**.

El control médico periódico de esta reserva no solo es vital para quienes buscan un embarazo inmediato, sino para cualquier mujer que desee proteger su capacidad de decidir sobre su maternidad futura.

La medicina reproductiva actual cuenta con herramientas precisas para evaluar el "reloj biológico" de forma sencilla:

- **Hormona Antimülleriana (AMH):** Es un análisis de sangre que se puede realizar en cualquier momento del ciclo menstrual. Los niveles de esta hormona reflejan directamente la cantidad de óvulos en los folículos.

- **Recuento de Folículos Antrales (RFA):** Se realiza mediante una ecografía transvaginal en los primeros días del ciclo (entre el 2° y 4° día), donde el médico cuenta el número de folículos que se tiene en cada ovario.

- **Perfil Hormonal (FSH y Estradiol):** Análisis de sangre realizados entre el segundo y cuarto día del ciclo para medir cómo está trabajando el eje entre el cerebro y los ovarios.

Dr. Gustavo A. Escobedo Contreras.

Ginecólogo y Obstetra, especialista en Infertilidad y tratamientos de Reproducción Asistida.

Ced. Prof. 4281327 UADY Ced. Esp. 5988337 UNAM Ced. Esp. 6926830 UNAM



## SIGNOS DE SOSPECHA DE BAJA RESERVA OVÁRICA

Muchas veces la baja reserva es "silenciosa", pero existen ciertos indicadores que deben motivar una consulta inmediata:

**1.Ciclos menstruales más cortos:** Por ejemplo, pasar de ciclos de 28 días a ciclos de 24 o 25 días.

**2.Antecedentes familiares:** Madre o hermanas con menopausia precoz (antes de los 45 años).

**3.Cirugías previas en los ovarios:** Por quistes o endometriosis.

**4.Tratamientos agresivos:** Haber recibido quimioterapia o radioterapia en el pasado.

**5.Edad avanzada:** Tener más de 35 años es, por sí mismo, el factor de riesgo más común.

Los médicos enfatizan la importancia de evaluar la fertilidad antes de **los 35 años**.

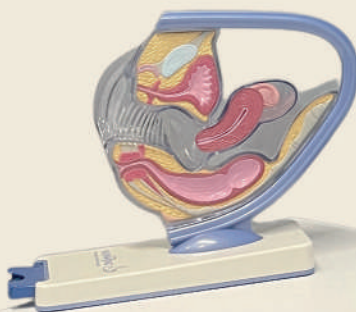
Si se detecta que la reserva está empezando a disminuir o simplemente no tiene deseo de un embarazo pronto, pero si está en su proyecto de vida, se puede optar por la vitrificación de óvulos con lo que se puede "detener el tiempo" de los óvulos con la calidad de la edad en la que se preservó.

El mejor momento para preservar los óvulos es antes de los 35 años, edad en la que hay un incremento en la pérdida de los óvulos y deterioro de la calidad de estos.

En conclusión, tener el control de la reserva ovárica no debe ser visto como un proceso exclusivo de las clínicas de fertilidad, sino como un chequeo ginecológico de rutina. Conocer tu estado actual te permite tomar decisiones informadas, evitar frustraciones futuras y ejercer un control real sobre tu libertad reproductiva.

## LA IMPORTANCIA DE LA EDAD EN LA FERTILIDAD FEMENINA

El factor más determinante en la calidad y cantidad de los óvulos es **el tiempo**.





## INSUMOS ESPECIALIZADOS

En manejo de  
heridas y ostomías

Para tu comodidad contamos con



*Somos el valor agregado que te acompaña*

¡NO OLVIDES PREGUNTAR  
por las promociones mensuales  
y por el plan de lealtad!



MAYOR INFORMACIÓN:

Ventas Sector Salud: (999) 329 9331

Tienda JG STORE: (999) 244 2872

Asesor Clínico y Educativo: (999) 156 5589

VISÍTANOS EN:

Calle 185 esquina Av. 86 Lt21  
Col. Renacimiento Mérida

[sites.google.com/view/jggroupbyarce](https://sites.google.com/view/jggroupbyarce)

JG Group @jggroupbyarce Arce by JG Group @arcebyjggroup



Dra.  
Sara  
Castorena

## ¿Problemas de AUDICIÓN?

Obtén un diagnóstico y tratamiento certero

Dra. Sara Castorena

Especialista en audiología y otoneurología

Ced. Prof. 9513091 IPN-ESN Ced. Esp. 12455568 UNAM

Especialista en:

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

INFORMES AL:

(999) 949 4424

CLÍNICA OASIS

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

@audiologia.drasaracastorena



Dra. Sara Castorena Audiología,  
Otoneurología y Foniatría.

Dr. Arsenio E. Hernández Flota  
CIRUJANO PEDIATRA

Ced. Prof. 1120711 UADY Ced. Esp. 3171735 SECTOR SALUD

MÁS DE  
30  
AÑOS DE  
EXPERIENCIA

EL BIENESTAR DE  
TUS HIJOS EN LAS  
MEJORES MANOS

Cirujano pediatra especialista en:

Cirugía Neonatal, Urológica,  
Oncológica y de Tórax.

AGENDA TU CITA:

URGENCIA 24 HORAS: (999) 947 3700

Star Médica

Consultorio 626  
(999) 943 5333

Clínica de Mérida

Consultorio: (999) 925 9944  
Tel: (999) 489 7619  
Citas: 942 1800 Ext. 1394

@arsenio\_hdez chenohdez@prodigy.net.mx

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

Cirujano Pediatra, Dr. Arsenio E. Hernández Flota

PERM. S.S.A 31Q069Y

Angel Peraza  
LABORATORIOS

LA SALUD  
ES PRIMERO

EL AMOR  
TAMBIÉN

SIGNIFICA CUIDADO MUTUO



Servicio  
a domicilio  
¡sin costo!  
(área limitada)

INFORMES:

(999) 928 4901

(999) 923 4409 (999) 451 4625

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



# ONCOLOGÍA TORÁCICA EN MÉXICO:

## Una Especialidad Dedicada a la Esperanza

La Oncología Torácica es una subespecialidad médica de alta precisión dedicada al diagnóstico, tratamiento integral y seguimiento de los tumores que se originan en la cavidad torácica. Esta disciplina no se enfoca en un solo órgano, sino que abarca un ecosistema complejo que incluye los pulmones, la pleura, el esófago, el mediastino y la pared torácica.

### ***Su esencia es profundamente multidisciplinaria.***

El manejo óptimo de un paciente requiere la colaboración sincronizada de un equipo que integra a oncólogos médicos, cirujanos torácicos, neumólogos, radioterapeutas, imagenólogos, patólogos y especialistas en cuidados paliativos. Este modelo de trabajo en conjunto permite diseñar estrategias de tratamiento personalizadas, evaluando cada caso desde todas las perspectivas necesarias para ofrecer la mejor opción terapéutica posible.

### **¿QUÉ CÁNCERES TRATA LA ONCOLOGÍA TORÁCICA?**

- Cáncer de Pulmón: El más frecuente y estudiado, con avances científicos significativos en los últimos años.
- Tumores del Esófago.
- Tumores de la Pleura (como el mesotelioma).
- Tumores del Mediastino (región central del tórax).
- Tumores de la Pared Torácica (óseos y de tejidos blandos).

### **LA URGENCIA EN MÉXICO: UN CAMPO DE VITAL IMPORTANCIA**

La relevancia de esta especialidad en nuestro país no puede ser subestimada. El cáncer de pulmón constituye un importante problema de salud pública y es una de las enfermedades más mortales en México. Un desafío crítico es que, en la mayoría de los casos, se detecta en etapas avanzadas, cuando las opciones de curación son más limitadas.

***El panorama en México presenta factores de riesgo particulares que un oncólogo torácico conoce a fondo:***

- En el norte del país, el tabaquismo sigue siendo un factor principal.
- En el sur, la exposición al humo de leña (especialmente en mujeres) es un agente causal de gran impacto.

### **LA VANGUARDIA DEL TRATAMIENTO: ESPERANZA FUNDADA EN CIENCIA**

Hoy, el tratamiento no es único ni estándar. Se define mediante un proceso riguroso de “estadificación”, que determina la extensión anatómica de la enfermedad utilizando tecnología de punta como tomografía por emisión de positrones (PET), ultrasonido endobronquial (EBUS) y cirugía torácica videoasistida (VATS).

***Esta precisión diagnóstica es fundamental para elegir entre opciones que incluyen:***

- Cirugía de mínima invasión (toracoscópica o robótica)
- Radioterapia de precisión.
- Terapias sistémicas avanzadas (quimioterapia, terapias dirigidas a mutaciones genéticas específicas e inmunoterapia).

La Oncología Torácica es, en esencia, una especialidad que combina el conocimiento científico más avanzado con un compromiso humano profundo.

En México, su práctica no solo es crucial por la alta incidencia y mortalidad del cáncer de pulmón, sino porque representa la frontera donde la innovación terapéutica y el abordaje multidisciplinario se unen para ofrecer a los pacientes una verdadera oportunidad de curación y calidad de vida.

Como oncólogo dedicado a esta apasionante disciplina, mi compromiso es seguir aportando desde la trinchera clínica y científica para que estos avances sean una realidad accesible para todos los pacientes en nuestro país.



### **Dr. Manuel Segura González**

ONCOLOGÍA MÉDICA  
Alta Especialidad en  
Oncología Torácica UNAM  
Ced. Prof. 5788370 UADY  
Ced. esp. 09062393 UNAM



# CIRUGÍA DE COLUMNA

## Una decisión informada y segura

La cirugía de columna es una especialidad compartida entre especialistas en Ortopedia y Traumatología dedicados al diagnóstico y tratamiento de las enfermedades que afectan a la columna vertebral. Actualmente, la cirugía de columna cuenta con una amplia gama de procedimientos quirúrgicos así como con una serie de herramientas tecnológicas para realizar los procedimientos con mayor seguridad y eficacia.

La columna vertebral es pieza clave para mantenernos erguidos y es el eje angular de nuestro movimiento e independencia como seres autónomos.

Su formación incluye un amplio conocimiento de la anatomía espinal, los sistemas neurológicos y musculoesqueléticos, así como de las técnicas quirúrgicas más avanzadas para abordar patologías complejas que comprometen la salud y funcionalidad de esta estructura.

*Cada caso es único. No todos los dolores de espalda, rodilla o cadera se tratan igual, y no todas estas dolencias las causa la misma enfermedad. Por eso la valoración médica especializada es fundamental.*

La cirugía de columna no es el tratamiento inicial en la mayoría de los casos, pero puede ser necesaria cuando:

- Los tratamientos conservadores no han aliviado el dolor o mejorado la funcionalidad.



- Existen signos de compresión severa de la médula espinal o los nervios, como pérdida de fuerza, entumecimiento o dificultad para caminar.
- Se presentan deformidades progresivas, como escoliosis o cifosis, que afectan la postura y el equilibrio.
- Hay lesiones traumáticas, como fracturas vertebrales inestables.
- Se diagnostican enfermedades graves como tumores espinales o infecciones que comprometen la estructura de la columna.

En estos casos, la intervención quirúrgica puede ser indispensable para aliviar el dolor, restaurar la funcionalidad y prevenir complicaciones graves. Un diagnóstico preciso y una evaluación integral son clave para determinar la necesidad de cirugía y diseñar un plan de tratamiento personalizado.

Soy el Dr. Daniel Santana López, especialista en Cirugía de Columna, Ortopedia y Traumatología.



**DR. DANIEL  
SANTANA LÓPEZ**  
CIRUJANO DE COLUMNA | ORTOPEDISTA | TRAUMATOLOGO

Alta Especialidad en Cirugía de Columna / Especialidad en Ortopedia y Traumatología Ced. Prof. 6812031 UADY Ced. Esp. 12083861 UADY

**HOSPITALES**  
**Star Médica**  
**CONSULTORIO 615**  
C. 26 199, COL. ALTABRISA, 97130  
MÉRIDA, YUC.

AGENDA TU CITA  
**(999) 130 9219**  
@dr.santanaorthospine  
Daniel Santana López

AVISO COFEPRIS: 2531012002A00372



Mi práctica se fundamenta en una atención médica integral, basada en el conocimiento científico, la ética profesional y un profundo respeto por la experiencia humana de cada persona.

## LA MEDICINA GENERAL COMO BASE DEL CUIDADO INTEGRAL

Mi enfoque no se limita al tratamiento de síntomas, sino que busca comprender a la persona en su totalidad, promoviendo decisiones informadas, autocuidado y una mejor calidad de vida.

- Gastrointestinales (vómito, diarrea, gastritis, colitis).
- Respiratorias como gripa, amigdalitis, asma, bronquitis, neumonía.
- Parasitosis (amebas y lombrices).
- Control de diabetes e hipertensión arterial.
- Obesidad.
- Ansiedad y depresión.
- Control de salud infantil.
- Control y seguimiento de embarazo.
- Emisión de certificados médicos escolares, laborales y deportivos.



 Dra. Sol Hernández

No solo considera aspectos biológicos, sino psicológicos, sociológicos, emociones y la cultura, dentro de un marco de respeto de los derechos humanos.

- Educación en sexualidad de jóvenes y adultos.
- Enfermedades de transmisión sexual, su prevención y tratamiento.
- Construcción de relaciones afectivas sanas.
- Derechos sexuales y reproductivos.
- Consejería sexual.

En este proceso te brindo acompañamiento en la pérdida, ya sea de un ser querido, una relación, un trabajo u otras experiencias que signifiquen pérdida para ti, así como en la transición del duelo.

Por una experiencia de vida más humana,  
cercana consigo mismas y con las demás.



Médica general / Sexóloga educativa/  
Diplomada en Tanatología  
Ced. Prof. 6676277- IPN Ced. Mtr. 11680135 - CESSEX

Lunes a sábado  
9 a.m. a 12:30 p.m. y de 4 p.m. a 7:30 p.m.  
Domingos  
9 a.m. a 12:30 p.m.

**CONTACTO: 999 256 41 28**



# Alergóloga pediatra



**Dra. Lía Emiré Trujillo Palma**

ESPECIALISTA EN ALERGOLOGÍA PEDIÁTRICA  
Ced. Prof. 5461383 UNAM Ced. Esp. 5461382 UNAM

## EXPERTA EN DETECCIÓN Y TRATAMIENTO DE:

- Infecciones de vías aéreas.
- Asma.
- Alergias.
- Trastornos inmunitarios.
- Conjuntivitis alérgica.

**TEL: (999) 921 4958**

**Cel: (999) 134 6251**

@alergolog2022

Alergóloga Pediatra, Dra. Lía Emiré Trujillo Palma

## Informes:



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



**HEAD & NECK  
AND FACIAL PLASTICS**  
Dr. David Domínguez Medina

**Dr. David Domínguez**

CIRUJANO ORAL Y MAXILOFACIAL

## CIRUGÍAS

- Cirugía de párpados preservadora de volumen.
- Elevación de cejas.
- Elevación de labios.
- Lifting profundo de cuello.
- Cirugía reconstructiva de cabeza y cuello.

## TRATAMIENTOS SIN CIRUGÍA

- Toxina botulínica.
- Rejuvenecimiento de rostro y cuello.
- Marcaje mandibular.
- Aumento de mentón.
- Rinomodelación.
- Corrección de ojeras y ojos hundidos.
- Aumento de labios.

Fellowship en Cirugía Plástica Facial por la SECPF.  
COFEPRIS: 2331012002A00133 Céd. Prof. 4992575 UADY  
Céd. Esp. 13608395 Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, Reino de España.

9993 239220

Calle 60 329B entre 35 y Av. Colón, Centro, Mérida Yuc.  
CEA Platina Consultorio 2.

## TU SALUD ES IMPORTANTE

Servicios Médicos  
**SEMIS** SA de CV

EQUIPOS ESPECIALIZADOS PARA UN  
BUEN DIAGNÓSTICO

## RADIOLOGÍA DIGITAL

*T.R. Ricardo M. Ortega Santana*

Tec. Prof. En Radiología Ced. Prof. 2546379 CETIS

## ESTUDIOS DE GABINETE

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

## CITAS Y EMERGENCIAS

(999) 900 1276 (999) 925 4339

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

Radiología Digital SEMIS

**30** AÑOS DE  
EXPERIENCIA



## ¿TIENES PROBLEMAS Urológicos?

*Dr. José Manuel Michel*

Urología y Cirugía Urológica de Mínima Invasión (Endourología y Cirugía Urológica Laparoscópica), Andrología, Ced. Prof. 8495714-UAG Ced. Esp. 12025896-UAEM 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.

**CITAS: (999) 377 6377  
(999) 780 9517**

**TORRE MÉDICA PENSIONES  
Consult. 103**

Av. 7 #215 A entre 32 y 34 Interior del estacionamiento pensiones

Dr. José Manuel Michel @drjmicheelurologo  
Urologo en Mérida



# ¡No dejes que el **ESTREÑIMIENTO** te gane!



**¿A quién no le ha pasado irse de vacaciones y no poder ir al baño?** Todos los cambios de dieta, rutina y horarios pueden acabar causando estreñimiento. Si tienes menos de tres deposiciones a la semana, sientes dificultad para defecar o presentas ambas situaciones, se considera estreñimiento.

El estreñimiento puede afectar a la zona del ano, provocando hemorroides o fisuras anales, que son muy incómodas y generan malestar. Aunque la diarrea y el estreñimiento son dos problemas intestinales muy habituales, se tiende a consultar más el primero que el segundo.

Este padecimiento lo consideran algo normal y muchas personas pasan la mayor parte de su vida sufriendo este problema y buscando soluciones que no lo resuelven. Esto es un error, ya que en la mayoría de los casos se puede tratar modificando la alimentación y, en ocasiones, puede ser un síntoma de otra enfermedad.

Normalmente, el estreñimiento está causado por llevar una dieta baja en fibra. Pero también puede ser indicio de otra enfermedad.

Existen muchos problemas de salud general que pueden tener como síntoma el estreñimiento: hipotiroidismo, alteraciones en la forma del intestino o en su movilidad, cáncer de colon, que es de las enfermedades digestivas más graves.

***En este último el estreñimiento es, a veces, el único síntoma.***

El estreñimiento crónico es un trastorno digestivo frecuente que afecta aproximadamente al 30% de la población general. Predomina en las mujeres con aproximadamente 2-3 mujeres afectadas por cada hombre y aumenta en edad avanzada. El estreñimiento puede, además, aparecer con cierta frecuencia durante el embarazo a causa de los cambios hormonales.

***Algunas veces, el estreñimiento es ocasionado por una obstrucción en el intestino grueso.***

El estreñimiento crónico no es un trastorno grave en la mayoría de casos. Puede ser molesto y, a largo plazo, favorecer la aparición de otras alteraciones como hemorroides o fisuras. Suelen presentarse en estreñimientos crónicos que se acompañan de mucho esfuerzo defecatorio.

Cuando surgen estas complicaciones suele aparecer sangre roja generalmente al final de la deposición o al limpiarse (hemorroide), o dolor al momento de defecar (fisura), sobre todo cuando se evacúan excrementos muy duros.

Es importante consultar con tu especialista en caso de que el estreñimiento sea algo recurrente. Vivir con dificultad para evacuar no es normal.



## **Dr. Oswaldo Valencia**

Endoscopia Gastrointestinal,  
Cirugía Laparoscópica.  
Ced. Prof. 3175635 INCAN, ASGE, UADY  
Permiso S.S.A 31S008X

### **Mérida:**

CENIT planta baja  
Anexo CMA Consultorio 20  
**Tel: (999) 943 0596 Cel (999) 582 7202**

### **CAMPECHE:**

Calle Llovizna N° 20 Fracciorama 2000  
**Tel: (981) 813 3566**

# IMPLANTES DENTALES

## Recupera tu calidad de vida y confianza

De todas las formas modernas que tiene la odontología para reemplazar dientes faltantes, los implantes dentales son por mucho la mejor opción. **No hay otra técnica de reemplazo que le brinde un resultado de mayor duración.**

Los implantes también ayudan a preservar el hueso que sostiene los dientes y que se deteriora en forma natural cuando se pierde una pieza dentaria. La pérdida de hueso es una de las principales consecuencias ocultas de perder un diente.

El procedimiento quirúrgico que se usa para colocar un implante es en realidad sencillo y rutinario.

En la mayoría de los casos solo requiere anestesia local. Después de un período de cicatrización, se le cubre con una corona que parece natural, hecha a medida para que combine con sus dientes naturales existentes.

¡Los implantes tienen una tasa de éxito de más del 95%! Significativamente más alta que cualquier otra opción de reemplazo dental.

El implante dental es insertado en forma directa en la mandíbula, en el espacio vacío dejado por el diente faltante.

***Durante el período de cicatrización, el implante se integra con el hueso que lo rodea.***

Los implantes pueden reemplazar dientes faltantes en varias formas. Se usan para reemplazar un solo diente o bien, varios dientes.

Para reemplazar todos los dientes, en este caso, los dientes de reemplazo del implante dental protegen su mandíbula, no se deslizan y pueden durar toda la vida.



***En la actualidad, la odontología ha experimentado grandes avances en técnicas quirúrgicas, permitiéndonos colocar implantes en áreas que antes habrían sido imposibles.***

Ahora, somos capaces de regenerar hueso en zonas comprometidas, lo que nos permite restaurar tanto el maxilar como la mandíbula de manera efectiva.

Gracias a estos procedimientos, podemos devolver la funcionalidad masticatoria y la estética de la sonrisa a pacientes que han perdido una o más piezas dentales.

Imagina volver a masticar y sonreír con confianza, una realidad que, hoy en día, está al alcance de la mayoría de las personas.

En muchos de los casos los implantes dentales requieren de una reestructuración en encías; la colocación de estos implantes se realiza en el hueso maxilar, ayudando a mantener su forma y su densidad, lo que implica que también apoyan el esqueleto facial y de forma indirecta, las estructuras de los tejidos blandos, tejidos de las encías, las mejillas y los labios.

Actualmente los Implantes Dentales son la mejor opción para recuperar uno o varios dientes naturales perdidos; son funcionales, estéticos y pueden durar toda la vida.

**Dr. William Herrera Rodríguez**

Cirujano dentista, Especialidad en Prótesis Bucal.  
Diplomado en Implantología.

Ced. Prof. 4118930 Univ. Veracruzana Ced. Esp. 6820276 CEYES ODO

**Cel. (999) 331 7108**

Calle 15 #501 Int. 703 Altabrisa, Mérida, Yucatán.



LiderDent

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



# Actualidad del CÁNCER EN NIÑOS EN YUCATÁN

## ¿Qué hacer ante la sospecha?



En Mérida, Yucatán cada semana **se diagnostican de dos a tres nuevos casos de cáncer infantil**. El tipo de cáncer más frecuente en este sector de la población es la leucemia en un 50 por ciento de los casos, le siguen los tumores del sistema nervioso, en el cerebro, cáncer en los ganglios, osteosarcoma, cáncer en los huesos, de la retina, del hígado y de riñón.

A diferencia del cáncer que afecta a los adultos, se desconocen las causas de los casos en los niños. Se han realizado muchos estudios para tratar de encontrarlas, pero hay pocos cánceres causados por factores ambientales o relacionados con los hábitos en esas edades.

Cerca del 5% de todos los cánceres infantiles son causados por una mutación hereditaria, es decir, daño genético que puede transmitirse de padres a hijos.

**En el abrumador problema del cáncer infantil, ante la mínima sospecha, es mejor descartarlo o atenderlo lo más pronto posible, pues el diagnóstico precoz hace la diferencia.**

El diagnóstico precoz del cáncer infantil eleva las probabilidades de supervivencia pues, aunque no hay una forma de prevenir esta enfermedad, su detección temprana es clave para dar un tratamiento adecuado.

Tenemos que prestar atención. Muchas veces, por ejemplo, los maestros en las escuelas son quienes se dan cuenta que algo anda mal, porque ven a algún estudiante más cansado, más pálido, juega menos, tiene ciertos moretones, ha faltado a clases y se han añadido más procesos infecciosos.

Además, si un síntoma no cede a un tratamiento común, también debe ser motivo de mayor vigilancia. **Observa con atención si se presentan los siguientes síntomas:**

- Fiebre persistente sin causa aparente.
- Pérdida de peso o falta de apetito.

- Cansancio o debilidad inusual.
- Dolor óseo o articular que no desaparece.
- Moretones o sangrado fácil.
- Dolor de cabeza persistente y/o vómitos, especialmente por la mañana.
- Bultos o hinchazón en cuello, axilas o abdomen.
- Cambios visuales (pupila blanca en fotos, visión borrosa).
- Tos persistente o dificultad para respirar.
- Sudoración nocturna o fiebre que no cede.

Si observan en sus hijos alguno de estos signos durante más de 2 semanas o que empeoran con el tiempo, te esperamos para un check-up Oncológico Pediátrico para evaluación con los expertos.

La detección temprana del cáncer infantil puede aumentar hasta en un 90% las posibilidades de cura. Por ello, en febrero, mes en el que se conmemora el Día Mundial contra el Cáncer Infantil, se refuerzan las campañas de concienciación.

### UN MENSAJE PARA LOS PADRES:

La detección precoz puede marcar la diferencia entre un tratamiento exitoso y complicaciones graves. Actuar a tiempo no solo aumenta las probabilidades de curación, sino que también reduce la intensidad del tratamiento y mejora la calidad de vida de los niños afectados.

#### Sé proactivo:

- Observa y escucha a tu hijo.
- No descartes síntomas persistentes como "cosas de crecimiento" o "virus que no se va".
- Confía en tu instinto de padre o madre.
- Detectar señales de alarma temprano y acompañar el proceso médico con amor y apoyo es clave para enfrentar el cáncer infantil con mejores resultados.

Soy el **Dr. Paulo Gutiérrez, Cirujano Oncólogo Pediatra**. Mi razón de ser es recuperar la salud de los niños, con cáncer o alguna enfermedad que dañe irreparablemente sus órganos intraabdominales.

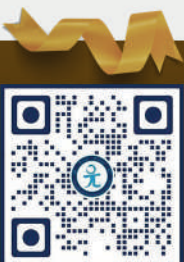


### Dr. Paulo Gutiérrez Torres

Cirujano de Trasplante pediátrico y Cirujano Oncólogo Pediatra.  
Ced. Prof. 3238215 UNAM Ced. Esp. 5004310 UNAM

Centro Médico de las Américas (CMA) Citas: (999) 419 6910  
Consultorio 18, 2° Piso.

X f @oncokizzu Dr. Paulo Gutiérrez www.oncokizzu.com





# ESPECIALISTA EN ONCOLOGÍA RADIOTERÁPICA

**DR. JOSÉ LUIS REYES LEÓN**

Ced. Prof. 8953966 UADY Ced. Esp. 12089377 UANL  
CONACEM 392. ASTRO id: 135254688

**ESPECIALIZADO  
EN EL MANEJO  
MULTIDISCIPLINARIO DE:**

- Cáncer de Próstata
- Cáncer de Endometrio
- Cáncer de Cervicouterino
- Cáncer de Cabeza y Cuello
- Cáncer de Mama
- Cáncer de Recto
- Cáncer de Pulmón
- Cáncer de Estómago
- Linfoma
- Metástasis

Informes al : (999) 297 7873



CONSULTORIO 907  
DEL PISO 9

**TE BRINDO  
LA ATENCIÓN EN  
TU RECUPERACIÓN**

*Disfruta tu vida con bienestar*

**LR. Russell Gámez**  
*Fisioterapia*  
Ced. Prof. 13563436 UADY

Diplomado en ejercicio terapéutico en enfermedades crónicas. ASOTFFI. Certificación en prescripción del ejercicio en geriatría. Qeres/Nabrijá. Diplomado en abordaje de tendinopatías. Qeres

**Te apoyo en:**

- ☑ Fisioterapia Neurológica.
- ☑ Fisioterapia Ortopédica.
- ☑ Atención al Adulto Mayor.

**HOSPITAL DE GRACIA PISO 2**  
C. 20 221, entre Calle 25, Limones,  
97219 Mérida, Yuc.

Agenda tu cita al:  
**(999) 141 8012**

**ATENCIÓN A DOMICILIO**

**CON TU  
TARJETA DE  
BENEFICIOS**

**Bazar**

**ACUMULA Y GANA PIEZAS  
¡GRATIS!\***

**Adquiere en cualquiera de nuestras sucursales**

\*Consulta productos, participantes, vigencias, términos y condiciones en  
<https://farmaciasbazar.com/beneficios>

Farmacias Bazar

**Un Diagnóstico  
Certo y Tratamiento  
Adecuado**

*Tu Bienestar En Manos Expertas*

**DR. JESÚS  
CARRANZA SARMINA**  
**CIRUGÍA CARDIOTORÁCICA**  
C.D. PROF. 7402138 UNAM C.D. ESP. 11082520 UNAM

**Especialista en:**

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

**Citas al: (999) 949 0897**

Dr Jesús Carranza Sarmina @drjesuscarranzasarmina





# AUDIOMETRÍA

## ¿En qué me ayuda esta prueba?



La audiometría es una prueba que permite conocer la capacidad que tiene una persona de escuchar los sonidos. Evalúa así el correcto funcionamiento del sistema auditivo humano.

### UNA CORRECTA AUDICIÓN ES UN PROCESO QUE SIGUE ESTOS PASOS:

Esta prueba puede ser de dos tipos, la tonal consiste en una valoración de la capacidad de una persona para percibir tonos puros de intensidad variable. Mientras que la audiometría verbal consiste en la cuantificación de los umbrales de reconocimiento de los sonidos del habla.

Este estudio dura entre 20 y 30 minutos, dependiendo de la colaboración del paciente. Para realizarla se necesita que la persona tenga más de 4 años, un coeficiente intelectual normal, que colabore y que no tenga trastornos del lenguaje.

### ¿QUIÉNES SE DEBEN REALIZAR UN ESTUDIO DE AUDIOMETRÍA?

Se recomienda realizar una audiometría a todas las personas en las que se sospeche una pérdida de audición, lógicamente.

También hay etapas de la vida en las que, aunque no haya una sospecha clara de hipoacusia, se recomienda someterse a una audiometría para detectar una pérdida de audición a tiempo.

### Es conveniente realizar una audiometría en los siguientes casos:

- **Recién nacidos:** a día de hoy entre las pruebas médicas a los recién nacidos se incluye un tipo especial de audiometría basada en los "potenciales evocados"; estos son reflejos que nos indican si un bebé escucha o no sin necesidad de que tenga que decirlo él.
- **Mayores de 65 años.**
- **Sospecha de sordera.**
- **Tras enfermedades de riesgo:** la meningitis, sobre todo en niños, los traumas craneoencefálicos y las otitis extensas son las causas más habituales de sordera que se producen como secuela de enfermedades o accidentes.
- **Otros:** la toma de medicamentos que dañan el oído, o la ruptura del tímpano (por usar bastoncillos de limpieza o tras un ruido muy fuerte), son también frecuentes causas de hipoacusia.

### Agenda tu cita

(999) 725 0118 (999) 450 1424

Audifon @Audiofonmid

Circuito Colonias N°. 130 Esq. Prolongación Paseo de Montejo, Plaza Montejo, Local 13. Frente a la Glorieta de la Paz.

Resp. San. Dra. Sara Ireri Castorena Herrera Ced. Prof. 12455568-UNAM

COFEPRIS: 2431015007E00011

# BIENESTAR QUE SE SIENTE POR DENTRO Y SE NOTA POR FUERA

## 4 Tratamientos que transforman tu salud y energía

En un mundo donde el estrés, el cansancio y la falta de tiempo afectan nuestra calidad de vida, cada vez más personas buscan soluciones de bienestar integral que ayuden al cuerpo a recuperarse de forma natural, segura y efectiva. Hoy te presentamos cuatro tratamientos wellness que están revolucionando la forma de cuidar la salud, mejorar la energía y potenciar el equilibrio físico y mental.

### 1. CRIOTERAPIA DE CUERPO COMPLETO: EL PODER DEL FRÍO PARA SANAR

Consiste en exponer el cuerpo por pocos minutos a temperaturas muy bajas, de forma controlada. Este estímulo activa los mecanismos naturales de recuperación del organismo.

#### BENEFICIOS PRINCIPALES:

- Reduce inflamación y dolores musculares.
- Acelera la recuperación física.
- Mejora la circulación y el sistema inmunológico.
- Aumenta la energía y el estado de ánimo.



Es ideal para personas activas, deportistas o quienes buscan aliviar molestias corporales y sentirse renovados desde la primera sesión.

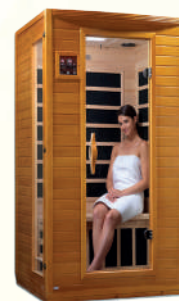
### 2. SAUNA DE INFRARROJO: DESINTOXICACIÓN PROFUNDA Y RELAJACIÓN

A diferencia del sauna tradicional, el sauna de infrarrojo calienta el cuerpo desde el interior, permitiendo una sudoración más profunda y cómoda.

#### BENEFICIOS PRINCIPALES:

- Elimina toxinas y metales pesados.
- Ayuda a la pérdida de peso y reducción de grasa.
- Relaja músculos y articulaciones.
- Mejora la calidad del sueño y reduce el estrés.

Es una experiencia relajante que combina bienestar físico con calma mental.



### 3. SUEROTERAPIA NAD: NUTRICIÓN DIRECTA PARA TU CUERPO

La Sueroterapia NAD aporta vitaminas, minerales, antioxidantes y aminoácidos directamente al torrente sanguíneo, logrando una absorción rápida y efectiva.

#### BENEFICIOS PRINCIPALES:

- Refuerza el sistema inmunológico.
- Aumenta la energía y concentración.
- Combate el cansancio y el estrés.
- Mejora la piel, el cabello y las uñas.



Es perfecta para quienes desean prevenir enfermedades, mejorar su rendimiento diario o recuperarse del desgaste físico y mental.

### 4. CÁMARA HIPERBÁRICA: OXÍGENO PARA UNA SALUD SUPERIOR

La Cámara Hiperbárica permite respirar oxígeno puro en un ambiente presurizado, lo que incrementa la oxigenación de los tejidos y acelera los procesos de sanación.

#### Beneficios principales:

- Mejora la regeneración celular.
- Acelera la recuperación de lesiones.
- Fortalece el sistema inmunológico.
- Aumenta la claridad mental y la energía.



Este tratamiento es utilizado tanto en medicina como en wellness por sus efectos profundos en la salud general.



## Un nuevo concepto de bienestar integral

Estos tratamientos no solo ayudan a sentirte mejor, sino que trabajan desde la raíz para que tu cuerpo funcione de manera óptima.

**INVERTIR EN BIENESTAR ES INVERTIR EN CALIDAD DE VIDA, ENERGÍA DIARIA Y SALUD A LARGO PLAZO.**

**Dr. Juan Ramón Flórez Gómez**

Director Médico de Esbelt Center. Especialista en control metabólico y manejo del peso

**MÁS DE 25 AÑOS DE EXPERIENCIA PROFESIONAL**

Ced.Prof 3812067 - Universidad El Bosque. Bogotá Colombia.

Tel: (999) 2710807   @medicina\_estetica\_clarece



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



# ¿CIRUJANO MAXILOFACIAL?

## ¿Cómo puede ayudarte? ♦♦♦♦

*La cirugía maxilofacial es una especialidad médico quirúrgica que tiene como principal objetivo el ocuparse de:* prevención, estudio, diagnóstico, tratamiento y rehabilitación de las patologías que puede tener la boca y toda la zona craneofacial.

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

Entre las diferentes funciones que desempeña un cirujano maxilofacial se encuentran:

- Realizar extracciones de muelas del juicio.
- Colocación de implantes dentales.
- Diferentes clases de cirugía estética y reconstructiva.
- Fracturas faciales.
- Tumores y quistes odontogénicos.

*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](mailto:sosa_roberto@hotmail.com)

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

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

*Tu sonrisa en manos expertas*





# MIGRAÑA

## Bajo control con ACUPUNTURA

Las migrañas son más que simples dolores de cabeza; son eventos neurológicos complejos que pueden afectar significativamente la calidad de vida. Los efectos de la migraña son tan intensos, por lo que es una de las enfermedades más incapacitantes en todo el mundo y afecta al 14% de la población mundial.

Estos episodios de dolor de cabeza intenso y punzante suelen ir acompañados de síntomas como náuseas, sensibilidad a la luz y aura. Pero las migrañas no se limitan únicamente al malestar físico; pueden alterar las rutinas diarias, el trabajo y las relaciones personales, lo que lleva a una reducción del bienestar general.

Los síntomas de la migraña son innegablemente angustiosos. Como resultado, muchas personas recurren a analgésicos de venta libre para obtener un alivio rápido. Si bien estos medicamentos pueden brindar un respiro temporal, no abordan las causas fundamentales de las migrañas, lo que deja a quienes las padecen en un ciclo de recurrencia.

Existen múltiples tratamientos holísticos para la migraña que pueden ayudar a prevenir episodios y aliviar los síntomas, incluyendo acupuntura, alimentación y cambios en el estilo de vida.

Entre estos magníficos tratamientos, se encuentra la acupuntura. Ofrece múltiples ventajas para quienes sufren de migrañas, incluyendo la reducción de la frecuencia y la intensidad de los episodios, así como la mejora de la calidad de vida.

**Reducción de la frecuencia de los dolores de cabeza:** Disminuye la frecuencia con la que se dan las migrañas e incluso evitar que éstas sucedan.

**Alivio del dolor:** Puede calmar el dolor de cabeza y la migraña, proporcionando un alivio significativo.

**Mejora de la calidad de vida:** La acupuntura puede ayudar a mejorar la calidad de vida al reducir la frecuencia y la intensidad de los episodios de migraña, dos de los síntomas más inhabilitantes de padecer esta afección.

**Eficacia en el tratamiento:** Es una opción de tratamiento comprobada para las personas con migraña, aunque otros factores también podrían influir.

La acupuntura no solo se presenta como un paliativo para el dolor, sino como un enfoque integral que restablece el equilibrio del cuerpo y la mente.

***Descubre todo lo que la Medicina Holística puede hacer por ti.***

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.





# 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.*



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<sup>®</sup>  
HOSPITALARIO**  
DEL SURESTE

*Siempre dispuestos  
para atenderte*



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



**¡Ahora contamos con  
nueva Sucursal  
en 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 CHUMINOPOLIS

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

## SUCURSAL COL. MÉXICO

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

## SUCURSAL FCO. DE MONTEJO

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

## TIENDA VILLAS DEL RÍO

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

## TIENDA ESPECIALIDADES

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

## TICUL

Calle 26 A x 21 y 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](http://www.abastecedorhospitalario.com.mx)