Washington Hispanic
Washington Maryland Virginia

SUPLEMENTO Viernes 21 de abril del 2017

MULTIVITAMÍNICOS no reduce el riesgo de enfermedad cardiaca. >2

GUIA

salud

Hipertensión ocular

>4-5

LOS ALTOS COSTOS de la cirugía plástica. >6

UN PESO MÁS SALUDABLE significa menos migrañas. >7

Aunque más de la mitad toman un complemento

Multivitamínicos no reducen enfermedades cardiacas

Un estudio no encuentra ningún beneficio preventivo, pero quizá sea necesario hacer más investigaciones.

HEALTHDAY NEWS

Millones de hombres estadounidenses toman un multivitamínico cada día, pero una nueva investigación muestra que estas pastillas no benefician al corazón, aunque la nutrición del hombre sea deficiente.

"Muchos han pensado que los hombres con una 'mala' nutrición de base podrían beneficiarse de una ingesta a largo plazo de multivitamínicos con respecto a su salud cardiovascular, pero no vimos ninguna evidencia de esto en nuestro análisis reciente", dijo el autor del estudio, Howard Sesso, del Hospital Brigham and Women's en Boston, en un comunicado de prensa del hospital.

En la nueva investigación, Sesso y sus colaboradores examinaron los datos de un estudio en curso de más de 14,000 médicos estadounidenses de sexo masculino de más de 50 años de edad. Una observación previa de estos datos había encontrado que tomar multivitamínicos no redujo el riesgo de los hombres de enfermedad cardiaca a lo largo de un seguimiento de 11 años.

¿Pero sería cierto lo mismo para los hombres que habían comido dietas relativamente malas, quizá con escasez de ciertos nutrientes?

Según el nuevo informe, los resultados fueron los mismos: el uso diario de multivitamínicos no redujo el riesgo de enfermedad cardiaca, ni siquiera en este subgrupo con una peor nutrición.

Pero dos expertos (un cardiólogo y una nutricionista) mantuvieron dos opiniones algo distintas sobre los hallazgos. "Este estudio, al igual que estudios anteriores, sugiere que el consumo de multivitamínicos no reduce el riesgo de enfermedad cardiaca, ni siquiera en los hombres con una nutrición deficiente", dijo el Dr. Kevin Marzo, jefe de cardiología en el Hospital de la Universidad de Winthrop en Mineola, Nueva York.

Marzo cree que demasiados estadounidenses consideran a los multivitamínicos como una "cura rápida" para protegerse de los problemas de salud.

"Las estrategias de prevención para la reducción del riesgo de enfermedad cardiaca deberían centrarse no en los complementos dietéticos, sino en hacer ejercicio de forma regular y llevar una dieta saludable rica en verdura, granos integrales y grasas insaturadas", dijo.

Stephanie Schiff, dietista registrada del Hospital de Huntington en Huntington, Nueva York, mantuvo una perspectiva distinta.

"El mejor modo de obtener nutrientes es de los alimentos enteros, pero a veces es beneficioso tomar un multivitamínico para ayudar a prevenir las carencias nutricionales", dijo.

Y Schiff cree que, al menos en las mujeres, la carencia de nutrientes contribuye a los riesgos cardiacos, así que los resultados podrían ser distintos para las mujeres.

El estudio aparece en la edición del 5 de abril de la revista JAMA Cardiology.

TOTAL DENTAL CARE
Dentista Familiar y Cosmética
Dr. Linh Anthony Nguyen, D.D.S., P.C.
CORONAS, PUENTES, DENTADURAS, EXTRACCIONES, ROOT CANAL. IMPLANTES, COSMETICA DENTAL, TRATAMIENTO DE ENCIAS.
Abrimos hasta tarde los sábados y domingos.
ORTODONCIA:
FRENILLOS PARA NIÑOS Y ADULTOS
SERVICIO DE EMERGENCIAS
Aceptamos la mayoría de seguros y Medicaid. Financiamiento a 12 meses sin intereses con crédito aprobado.
PACIENTES NUEVOS
Limpieza
$49
Incluye: Exámen y consulta. Chequeo del cancer bucal 4 Rayos X (bitewing) Precio Regular $200. Sólo pago en efectivo. No válido con seguro para terceros.
703-256-1183
5017-B Backlick Rd.
Annandale, VA 22003

Embellezca su figura
CUIDADO DE LAS VENAS VARICOSAS
• Tratamiento con Láser, Cuidado de la piel, Tratamos Acné, Eliminación de vellos, inyección de botox, cirujía a rayo laser
ESCULTOR DE CUERPO CON O SIN CIRUJÍA
• Remueve tatuaje • Remueve grasa no deseada • Liposucción bajo anestesia local o reducción de grasa en laser • Celulitis
Cirujía cosmética vaginal (para mejorar su vida sexual) Rejuvenecimiento vaginal.
FINANCIAMIENTO DISPONIBLE
Dianna Yan, M.D.
American Academy of Cosmetic Surgery
Descuentos Especiales en tratamientos de liposucción, botox, relleno, venas y rejuvenecimiento vaginal
Maryland
8909 Shady Grove Ct. • Gaithersburg, MD 20877
301-963-3669
Virginia
8622B Lee Highway • Fairfax, VA 22031
703-876-6200

OB-GYN
STEVE YU & DIANNA YAN, M.D.
• Embarazos de Alto Riesgo
• Embarazos/Partos
• Sonogramas
• Problemas Hormonales
• Menopausia
• Papanicolau/Examen Anual
• Disfunción Sexual
• Cirugía invasiva minima para ovarios, útero, ligación tubal
DESCUENTOS ESPECIALES PARA PACIENTES SIN SEGURO
Podemos Ayudar
8909 Shady Grove Ct. Gaithersburg, MD 20877 301-963-0900
8622B Lee Highway Fairfax, VA 22031 703-876-6200
Aceptamos todos los planes de seguro
Aceptamos pacientes sin seguro

Vinh Tran, DDS
NUESTROS SERVICIOS:
• Examenes completos y Emergencias
• Limpieza Regular y Profunda
• Rellenos y Blanqueamiento
• Tratamientos de Conductos
• Coronas y Puentes
• Dentaduras completas y Parciales
Arlington Blvd
Aspen Ln
Sleepy Hollow
Leesburg Pike
Siempre aceptamos nuevos pacientes! Entra para un examen completo o de emergencia, hablaremos de sus necesidades de salud oral, y cómo podemos ayudarle mejor.
Si las citas no son realmente su estilo, de igual forma los pacientes siempre son bienvenidos!
Trabajamos con una gran variedad de seguros!
6329 ARLINGTON BLVD SUITE C
FALLS CHURCH VA 22044
(703) 237 6703 • www.vinhtrandds.com
Jueves, Viernes, Sabados 9 am to 4 pm • Domingos: 9 am to 1pm

¡¡¡Ahora contamos con un dispositivo de tracción para la pérdida de erección prematura!!!
GERMANTOWN
Urology Center
Se habla español
Los resultados medicos que tú necesitas. La relación personal que tú quieres.
CENTRO DE ALTA CALIDAD
▪ Eliminación de piedras en el Riñon y la Vejiga sin cirugía.
▪ Problemas de Próstata: cancer, agrandamiento de la próstata, cirugía con laser para problemas de la próstata.
▪ Tratamientos para la impotencia sexual masculina sin cirugía.
CITAS EL MISMO DIA DISPONIBLES LLAMANDO PRIMERO.
VIAGRA o CIALIS GRATIS * Con consulta
Con una Vasectomía sin bisturí el sábado, puede estar de regreso al trabajo el lunes.
Tratamos la eyaculación precoz
DR. ALLEN A. FARSAII
Atendemos Sábados de 8am – 2pm
10% de Descuento a clientes que vivan en Silver Spring.
10% de Descuento en las consultas los días sábados.
Germantown Urology Center
20629 Boland Farm Road, Germantown, MD 20876
301-428-3040

DESPUÉS DE TENER UN DIAGNOSTICO

Muchos no saben cómo manejar el colesterol alto

Un 94.6 millones de adultos estadounidenses tienen un nivel total de colesterol por encima de 200 mg/dL.

HEALTHDAY NEWS

Las personas con un nivel alto de colesterol son conscientes del peligro que supone para su corazón, pero muchos carecen de la confianza o del conocimiento para mantenerlo bajo control, según muestra una nueva encuesta.

Un nivel alto de colesterol es un factor de riesgo de enfermedad cardiaca y de accidente cerebrovascular (ACV), y provoca unos 2.6 millones de fallecimientos en Estados Unidos cada año, señalaron los investigadores.

La encuesta incluyó a casi 800 personas en todo el país con antecedentes de enfermedad cardiaca o al menos un factor de riesgo importante de enfermedad cardiaca o ACV, como el colesterol alto, la hipertensión o la diabetes.

Por lo general, el 47 por ciento de los encuestados no habían medido su nivel de colesterol el año anterior. Aunque los que tenían un colesterol alto tenían tasas más altas de haber realizado una prueba recientemente, el 21 por ciento de ellos no se había hecho la prueba en el último año.

El 82 por ciento de los encuestados sabían que había un vínculo entre el colesterol y el riesgo de enfermedad cardiaca y de ACV, y la mayoría de los que tenían un nivel alto de colesterol sabían que era importante gestionarlo. Desafortunadamente, muchos se sentían confusos, desanimados y no estaban seguros con respecto a si podrían hacerlo, encontró la encuesta.

Los tratamientos más habituales para el colesterol alto recomendados por los profesionales de la atención médica fueron la medicación (el 79 por ciento), el ejercicio (el 78 por ciento) y los cambios en la dieta (el 70 por ciento).

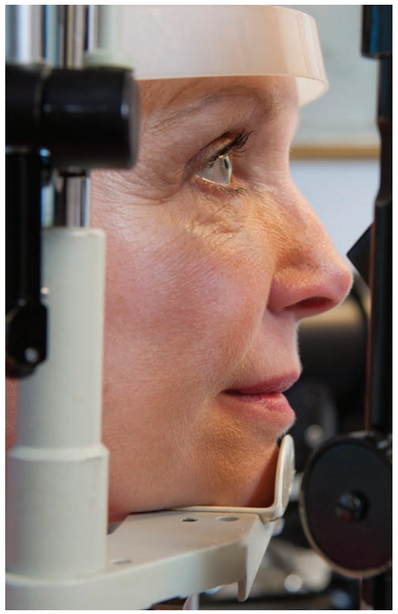
Los pacientes se sintieron menos informados con respecto a qué peso corporal deberían tener, las diferencias entre los tipos de colesterol (LDL [malo] frente a HDL [bueno]) y los objetivos para la gestión del colesterol.

El colesterol HDL (lipoproteínas de alta densidad), o "bueno", transporta el colesterol desde las partes del cuerpo hasta el hígado, donde se procesa. El colesterol LDL (lipoproteínas de baja densidad), o "malo", puede hacer que las arterias se obstruyan.

Un nivel de colesterol que exceda los 240 mg/dL se considera alto, mientras que los niveles entre 200 mg/dL y 239 mg/dL se considera que están en el límite.

"Las investigaciones sugieren que incluso unos niveles de colesterol moderadamente altos pueden causar una enfermedad cardiaca en el futuro, pero los resultados de esta encuesta muestran una falta alarmante de comunicación entre los profesionales de la atención de médica y los que tienen el riesgo más alto de enfermedad cardiovascular", dijo la Dra. Mary Ann Bauman, miembro del grupo asesor sobre el colesterol de la Asociación Americana del Corazón.

Un cambio en el estilo de vida es uno de los paso para reducir su colesterol. FOTO: THINKSTOCK



Redúzcala antes de que cause pérdida de la visión

Hipertensión ocular

El término generalmente se refiere a cualquier situación en la que la presión dentro del ojo, llamada presión intraocular, es más alta de lo normal.

AMERICAN ACADEMY OF OPHTHALMOLOGY/ REDACCIÓN
WASHINGTON HISPANIC

La hipertensión ocular sucede cuando la presión dentro del ojo (presión intraocular o PIO) es más alta que la normal.

La presión del ojo se mide en milímetros de mercurio (mm Hg), la misma unidad de medida utilizada por los barómetros que miden condiciones climáticas. Generalmente, la presión ocular se considera normal cuando es menor que 21 mm Hg.

La hipertensión ocular es diferente al glaucoma, una condición del ojo que menudo es causada por una presión intraocular alta. En personas con hipertensión ocular, el nervio óptico parece normal y no se encuentran señales de glaucoma durante un examen del campo visual, el cuál evalúa la visión lateral (periférica). Sin embargo, los pacientes con hipertensión ocular se consideran "sospechosos de glaucoma", lo que significa que deben ser evaluados de cerca por un oftalmólogo (Doctor de los Ojos) para asegurarse de que no se desarrolle un glaucoma.

La presión intraocular se eleva lentamente con la edad, de igual manera que el glaucoma se hace más común a medida que se envejece. Puede también ser el resultado de una enfermedad de los ojos.

Síntomas

La hipertensión ocular por lo general no presenta señales o síntomas. Ya que usted puede tener hipertensión ocular y no ser consciente de ello, es importante tener exámenes oculares periódicos con un oftalmólogo.

Causas

En un ojo sano, un líquido claro llamado humor acuoso circula dentro de la parte frontal del ojo. Para mantener una presión constante y normal en el ojo, éste produce continuamente una pequeña cantidad de humor acuoso, mientras que una cantidad igual del líquido sale del ojo.

El líquido fluye a través de un sistema de drenaje muy pequeño llamado red trabecular, una compleja red de células y tejidos en un área llamada ángulo de drenaje.

Si el humor acuoso no fluye a través de la red trabecular correctamente, la presión del líquido en el ojo aumenta, causando una hipertensión ocular. La hipertensión ocular también puede ocurrir si el ojo produce humor acuoso en exceso.

Una lesión en el ojo puede causar hipertensión ocular, al igual que ciertas enfermedades oculares. Algunos medicamentos como los esteroides, son también una causa potencial de hipertensión ocular.

También existe la posibilidad de que una condición llamada arco corneal, en la cuál depósitos de lípidos forman un anillo blanco alrededor de la córnea, pueda estar asociada con la hipertensión ocular.

Aunque cualquier persona puede desarrollar hipertensión ocular, algunas están en mayor riesgo de desarrollar la condición:

- Personas con antecedentes familiares de hipertensión ocular o glaucoma;
- Personas con diabetes;
- Personas mayores de 40 años de edad;
- Personas de ascendencia afroamericana

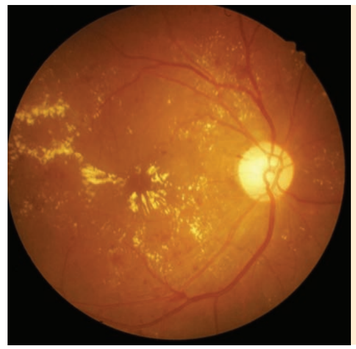
Diagnóstico

Como parte de un examen ocular completo, su oftalmólogo hará un examen para medir su presión intraocular y asegurarse de que no haya un glaucoma.

Algunas de las pruebas que su Doctor de los Ojos puede llevar a cabo son:

- Tonometría. Este procedimiento mide la presión del ojo. Durante este examen, el ojo es anestesiado con gotas para los ojos. Su médico usa un instrumento llamado tonómetro para medir la presión ocular. El instrumento mide cómo la córnea resiste la presión.
- Gonioscopía. La gonioscopía permite a su oftalmólogo obtener un panorama claro del ángulo de drenaje del ojo. Su oftalmólogo no puede ver el ángulo de drenaje del ojo mirando sólo la parte frontal del ojo. Sin embargo, utilizando un lente de espejo, su oftalmólogo puede examinar el ángulo de drenaje, algo muy importante para determinar si usted sufre de glaucoma.
- Oftalmoscopía. Su oftalmólogo examina el nervio óptico con un oftalmoscopio para detectar señales de daños. Éste es un instrumento que muestra el interior del ojo aumentado. Las pupilas son dilatadas con gotas para los ojos, lo que permite a su médico una mejor visión del nervio óptico y observar si hay daños en el ojo.
- Prueba de campo visual. La prueba de campo visual se realiza para identificar posibles puntos ciegos en la visión, ya que estos son otro síntoma de glaucoma. La prueba se realiza con un instrumento en forma de tazón llamado perímetro. Durante el examen, un parche se coloca temporalmente en uno de sus ojos de manera que sólo un ojo se pone a prueba a la vez. El paciente estará sentado y se le pedirá que mire al frente hacia un punto determinado. Puntos de luz al azar aparecen repentinamente, relampagueando alrededor del perímetro y el paciente debe presionar un botón cada vez que la luz relampaguea.
- Paquimetría. Debido a que el espesor de la córnea puede afectar una lectura de la presión ocular, una paquimetría es realizada para medir dicho espesor. Una sonda llamada paquímetro se coloca suavemente sobre la córnea para medir su espesor.

Las mujeres tienen un riesgo más elevado de hipertensión ocular, especialmente después de la menopausia.



Tratamiento

Es importante controlar muy de cerca la hipertensión ocular y reducirla antes de que cause alguna pérdida de la visión o daño al nervio óptico.

Dependiendo de su caso en particular y qué tan elevada esté su presión intraocular, es posible que su doctor de los ojos no inicie un tratamiento inmediatamente, sino que controle la presión intraocular a través de exámenes frecuentes.

En otros casos, el doctor de los ojos puede indicar si se necesitan medicamentos para reducir la presión intraocular. Existen gotas para los ojos que ayudan a bajar la presión intraocular, pero es importante adherirse al régimen prescrito para que éstas funcionen eficazmente.

En algunos casos, el doctor de los ojos puede recetar más de un medicamento. Cuando un medicamento es prescrito, el oftalmólogo hace una cita a las pocas semanas para medir la presión ocular de nuevo y determinar la eficacia del tratamiento.

Si el medicamento no puede disminuir la presión del ojo, es posible que usted tenga una etapa inicial de glaucoma de ángulo abierto y no una hipertensión ocular. Si éste es el caso, su doctor de los ojos discutirá opciones de tratamiento adicionales.

UN NUEVO INFORME DETALLA

Los altos costos de la cirugía plástica

Antes de someterse a cualquier procedimiento, asegúrese de solo ponerse en las manos de los cirujanos plásticos más calificados y altamente entrenados.

HEALTHDAY NEWS

¿Las Kardashian, esa famosa familia que se concentra en su hermosura, de verdad se han convertido en el modelo a seguir de los estadounidenses?

Quizá sí, porque las personas están gastando más que nunca en el esfuerzo por parecer más jóvenes y más atractivas. Un nuevo informe de la Sociedad Americana de Cirujanos Plásticos (American Society of Plastic Surgeons, ASPS) encontró que los estadounidenses gastaron 16 mil millones de dólares en cirugía plástica cosmética y procedimientos mínimamente invasivos en 2016.

Los procedimientos quirúrgicos más populares y sus costos promedio nacionales fueron: El aumento de senos: más de 290,000 procedimientos, con un costo de unos 3,700 dólares cada uno.

La liposucción: unos 235,000 procedimientos a 3,200 dólares cada uno. La remodelación de la nariz: 223,000 procedimientos a 5,000 dólares cada uno.

La abdominoplastia: casi 128,000 procedimientos a unos 5,800 dólares cada uno.

El aumento de los glúteos: casi 19,000 procedimientos a unos 4,400 dólares cada uno.

¿Pero y si no tiene tanto dinero como las Kardashian? ¿Hay formas de mejorar el aspecto sin quedar en la bancarrota?

Los procedimientos cosméticos mínimamente invasivos y sus costos promedio nacionales fueron: Inyecciones para el tratamiento de las arrugas (toxina botulínica tipo A o Botox): 7 millones de procedimientos, a un costo de 385 dólares cada uno.

Rellenos de ácido hialurónico: 2 millones de procedimientos a 644 dólares cada uno.

El peeling (exfoliación) químico: 1.3 millones de procedimientos a 673 dólares cada uno.

La microdermoabrasión: 775,000 procedimientos a 138 dólares cada uno.

Los tratamientos con láser: más de 650,000 procedimientos a 433 dólares cada uno.

La única excepción fue el costo promedio nacional de la cirugía para aumentar los senos.

Esa cirugía fue casi un 3 por ciento más barata, encontró el informe.

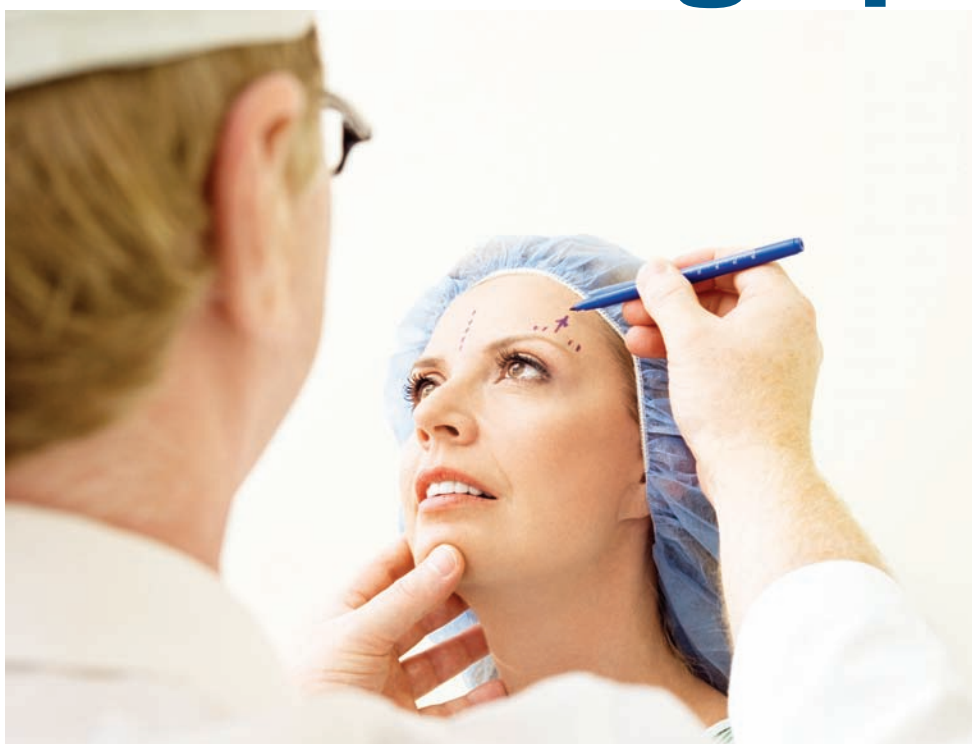
El costo de la liposucción aumentó un 6 por ciento, y el costo de la cirugía para remodelar la nariz aumentó casi la misma cantidad.

El costo de las inyecciones de Botox subió casi un 1 por ciento. Los costos del ácido hialurónico y los peelings químicos aumentaron en alrededor de un 5 por ciento o más, señaló el informe.

Los factores que afectan el costo de la cirugía cosmética incluyen el tipo de cirugía, la ubicación de la cirugía, la experiencia del cirujano y la cobertura de seguro.

Normalmente esos costos no incluyen la anestesia, el quirófano ni otros gastos relacionados.

"Antes de someterse a cualquier procedimiento, asegúrese de solo ponerse en las manos de los cirujanos plásticos más calificados y altamente entrenados. El costo de cualquier procedimiento dado no es tan importante como hacer la tarea y elegir a un cirujano cuyo principal enfoque sea su seguridad", afirmó la Dra. Debra Johnson, presidenta de la sociedad.



El costo de la mayoría de los procedimientos aumentó entre 2015 y 2016. FOTO: THINKSTOCK.

ASÍ SENTIMOS LAS MUJERES LOS INFARTOS.

(MAREO O ATURDIMIENTO REPENTINOS)

Otros síntomas de infarto a los que debe estar atenta:
Dolor de pecho, malestar, sensación de presión, como si tuviera una tonelada de peso encima suyo • Falta de aire • Náusea • Dolor inusual en la parte superior del cuerpo o malestar en uno o ambos brazos, la espalda, los hombros, el cuello, la mandíbula o la parte alta del estómago • Fatiga inusual • Sentir un sudor frío

Si siente cualquiera de estos síntomas, no ponga excusas. Haga La Llamada. No Pierdas Tiempo!

Para aprender más visite: WomensHealth.gov/ataquedelcorazon

911 HAGA LA LLAMADA

OMS dice que cáncer infantil aumentó

La frecuencia de aparición del cáncer en los niños es un 13% más alta durante las dos primeras décadas del siglo 21, de lo que lo fue en los años ochenta, según un estudio de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

La OMS atribuye este aumento a una mejor detección temprana, pero también a factores medioambientales. El cáncer más extendido en esta franja de edad es la leucemia (casi un tercio de los casos), seguido de los tumores del sistema nervioso central (20%) y los linfomas, precisa el estudio, que analizó unos 300.000 casos diagnosticados en 62 países.

Una nueva revisión demuestra

Un peso más saludable significa menos migrañas

Un estudio encontró un aumento en el riesgo tanto de las personas obesas como de las que tienen poco peso.

HEALTHDAY NEWS

"Las personas con migraña y [sus] médicos deben ser conscientes de que el exceso de peso y la pérdida excesiva de peso no son buenos para [los que sufren de migrañas], y que mantener un peso saludable puede reducir el riesgo de migrañas", dijo la autora del estudio, la Dra. B. Lee Peterlin.

Peterlin es directora de investigación sobre el dolor de cabeza en la Facultad de Medicina de la Universidad de Johns Hopkins, en Baltimore.

"Se ameritan estilos de vida saludables en términos de la gestión del peso, la dieta y el ejercicio", añadió.

Las migrañas afectan a más o menos un 12 por ciento de los adultos de EE. UU., según la información de respaldo de la Johns Hopkins. Estos dolores de cabeza debilitantes con frecuencia se dan junto con palpitaciones, náuseas y sensibilidad a la luz y al sonido.

El equipo de Peterlin evaluó 12 estudios publicados previamente sobre casi 300,000 personas, un proceso conocido como metaanálisis.

Y las que no pesaban lo suficiente tenían un 13 por ciento más de probabilidades de sufrir de migrañas.

Los investigadores utilizaron las definiciones estándares tanto de obesidad, que es un índice de masa corporal (IMC) de a partir de 30, como de peso insuficiente, que es un IMC de menos de 18.5. Una persona que mide 5 pies y 4 pulgadas (1.63 metros) y pesa 175 libras (79.5 kilos) tiene un IMC de 30, mientras que alguien con la misma estatura que pesa 105 libras (casi 48 kilos) tiene un IMC de 18.

En investigaciones anteriores, el equipo de Peterlin encontró que el vínculo entre la obesidad y las migrañas era más firme entre las mujeres y las personas menores de 55 años de edad. El nuevo estudio confirmó esos hallazgos.

La nueva revisión encontró que el vínculo entre la obesidad y las migrañas es moderado, dijo Peterlin. Es similar al vínculo observado entre las migrañas y la enfermedad cardiaca isquémica, en que el corazón no recibe suficiente sangre, añadió.

Peterlin dio que no puede explicar con certeza en qué forma la composición corporal afecta al riesgo de migraña. Pero especuló que el tejido graso "es un órgano endocrino, y al igual que los demás órganos endocrinos, como por ejemplo la tiroides, un exceso o una deficiencia provocan problemas".

El cambio en el tejido graso que ocurre con el aumento de peso o la pérdida extrema de peso altera la función y la producción de varias proteínas y hormonas, explicó Peterlin, lo que cambia el ambiente inflamatorio en el cuerpo. Esto podría hacer que una persona tuviera una mayor tendencia a sufrir migrañas o podría provocar una migraña, dijo.

La revisión aparece en la revista Neurology.

CarePeople Home Health & Hospice

(Servicio de cuidado para personas mayores y personas con enfermedades)

OFRECEMOS: Servicio de Cuidados Personales
Servicio de Cuidado del Adulto Mayor durante el Día
Servicio de Enfermeras Altamente Calificadas
Servicio de Hospice
Entrenamiento para Ayudante de Cuidados Personales
(40 horas de entrenamiento intensivo de 5 días cada mes)

TENEMOS PERSONAL PROFESIONAL QUE HABLAN ESPAÑOL

PAGOS: Medicare, Medicaid y muchos planes de seguros cubren las visitas al hogar para cuidados de salud, cuando el médico da la orden. Nosotros trabajaremos con su seguro para revisar sus beneficios.

Si usted está en su casa y necesita ayuda o rehabilitación de una enfermera, Medicare paga el 100% de servicios en el hogar calificados, con orden del medico.

Si es elegible para Medicaid, usted puede ser elegible para servicios de cuidados personales por la unidad de cuidados a largo plazo de Medicaid de VA y MD.

MEDICARE Y MEDICAID CUBRIRÁ EL
100% DE SUS CUIDADOS EN EL HOGAR O SERVICIO DE HOSPICE

*Oficina Principal: **7620 Little River Turnpike, Suite 500, Annandale, VA**
Servicios las 24 horas 571-297-4747 (VA, MD)

AUNQUE EN ALGUNAS MUJERES LLEGA DEMASIADO PRONTO

Sofocos tempranos una alarma de riesgos cardiacos

La enfermedad cardiaca es la principal causa de muerte en las mujeres.

HEALTHDAY NEWS

Quizá los sofocos sean más que una molestia para algunas mujeres durante la menopausia: podrían ser una señal de un aumento en el riesgo de enfermedad cardiaca, sugiere una nueva investigación.

Los investigadores siguieron la salud de 272 mujeres de 40 a 60 años de edad que no fumaban. En las mujeres de 40 a 53 años, los sofocos frecuentes se vincularon con una peor función en los vasos sanguíneos, encontró el estudio.

Esa asociación fue independiente de otros factores de riesgo de la enfermedad cardiaca, anotó el equipo dirigido por Rebecca Thurston, de la Facultad de Medicina de la Universidad de Pittsburgh.

El vínculo pareció restringirse a las mujeres más jóvenes en el estudio; dicha relación no se observó en las mujeres de 54 a 60, dijeron los autores del estudio.

Una obstetra y ginecóloga afirmó que los hallazgos eran potencialmente "revolucionarios".

1 de cada 100 mujeres es afectada con menopausia precoz.

Al menos en las mujeres que pasan por la menopausia temprano, los sofocos "no son simplemente una molestia, sino que anuncia una potencial enfermedad microvascular [de los vasos sanguíneos pequeños], y podrían ser un factor de riesgo y predictor de una enfermedad cardiovascular subsiguiente", comentó la Dra. Jill Rabin.

Rabin es jefa conjunta de atención ambulatoria en los Programas de Salud de las Mujeres de Northwell Health, en New Hyde Park, Nueva York. "El motivo de que el estudio sea tan importante es que la enfermedad cardiaca puede ser muy difícil de diagnosticar hasta sus etapas más tardías, en particular en las mujeres. Con demasiada frecuencia el diagnóstico, si se llega a hacer, se hace demasiado tarde y el costo es la vida de una mujer", añadió Rabin.

"En general, este es un estudio muy interesante e importante", aseguró. "Se justifican investigaciones futuras en esta área, y las esperamos con ansias".

Según el equipo de Thurston, la enfermedad cardiaca es la principal causa de muerte en las mujeres estadounidenses, y los nuevos hallazgos podrían ayudar a los proveedores de atención médica a evaluar el riesgo cardiaco en las pacientes menopáusicas.

Los sofocos son la sensación repentina de calor que puede suceder en el día o mientras se duerme. FOTO: THINKSTOCK

La Dra. Rachel Bond es directora asistente de Salud Cardiaca de las Mujeres en el Hospital Lenox Hill, en la ciudad de Nueva York.

Al revisar los nuevos hallazgos, dijo que aunque los sofocos parecen vincularse con el riesgo cardiaco en las mujeres menopáusicas más jóvenes, "aún no sabemos el efecto causal o el mecanismo" que vincula ambas cosas.

Quizá en el futuro "al comprender mejor el rol que los sofocos tienen en la salud vascular, podríamos potencialmente ayudar a identificar a las mujeres que podrían estar en riesgo mucho antes", dijo Bond.

Center for Vein Restoration

Trate el doloroso problemas de las várices

Saque ahora su
Consulta Gratis
Martes
2 de Mayo
831 University Blvd. East, Suite 24-25
Silver Spring, MD 20903

de 5:00 a 7:00 pm con el
Doctor Eddie Fernández
(el médico habla español).
Si esta interesado haga su cita
1-800-349-5347

Si tienen algunos de estos síntomas:

- Dolor intenso o calambres en las piernas
- Picazón y hormigueo
- Dolor que empeora al pararse
- Dolor que mejora al levantar las piernas
- Hinchazón de las piernas
- Enrojecimiento de piernas y tobillos
- Cambios en el color de la piel alrededor de los tobillos
- Venas varicosas superficiales
- Engrosamiento y endurecimiento de la piel en las piernas y en los tobillos (lipodermatoesclerosis)
- Úlceras en las piernas y en los tobillos

Rockville, Maryland
11921 Rockville Pike, Suite 401, Rockville, MD 20852