

Evite la obesidad infantil

>4-5



Respaldan MAMOGRAFÍAS anuales a partir de los 40 años.

>6



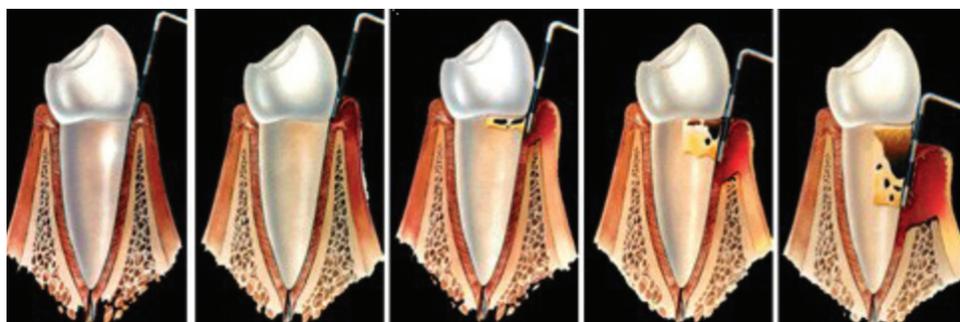
EVITE LESIONES a causa de las mochilas pesadas.

>8

**POR EL DOCTOR
VINH TRAN, DDS**
(703) 237-6703



GINGIVITIS ASOCIADO CON LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER EN ANCIANOS



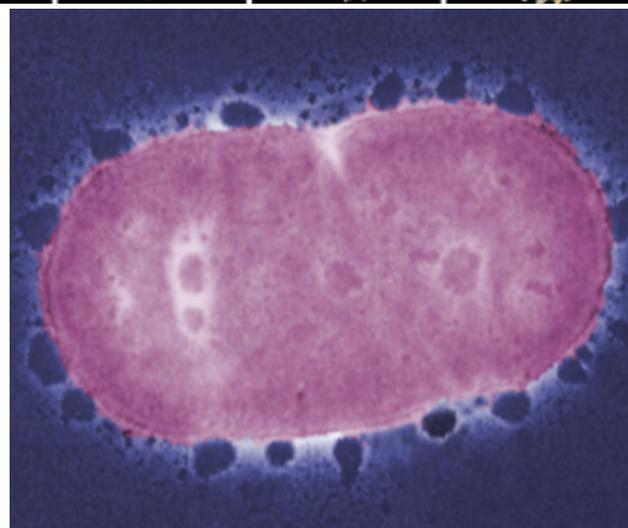
En un estudio reciente del Dr. Mark Ide, del Instituto dental de la Universidad King's College en Inglaterra, se notó que los ancianos con gingivitis tenían tanto altos niveles y peores rangos de declinación de memoria comparado con aquellos que no tenían historial de enfermedades de encías. Según el Centro de Control de Enfermedades y Prevención (Center for Disease Control - CDC) aproximadamente 50% de adultos en edades de 35 años y mayores así como mas de 70% de adultos de 65 años y mayores tenían gingivitis u otras formas de enfermedades de encías.

En otro estudio hecho en 2013, investigadores descubrieron que la clase de bacterias relacionada a la gingivitis, llamada Porphyromonas gingivalis, fue encontrado en una muestra de biopsia del cerebro de una persona con enfermedad de Alzheimer.

Según el Dr. Mark Ide, las personas con gingivitis pueden tener un incremento en un porcentaje de seis veces mas de declinación cognitiva comparada con aquellos que no tienen gingivitis.

Cincuenta y nueve personas con enfermedad de Alzheimer moderado fueron seleccionados para participar en un estudio conducido por el Dr. Ide por un periodo de 6 meses. El estudio reveló que en medio de estos participantes, personas quienes sufrían de gingivitis mostraron tener un alto porcentaje de deterioro cognitivo, hasta seis veces mas que aquellos quienes no tenían gingivitis durante el periodo de los 6 meses.

Como nosotros hemos tratado el tema de gingivitis en nuestra previa conversación, la gingivitis es una enfermedad dental común causado



por la inflamación de la encía, cual es el tejido que rodea al diente. Si este es dejado sin tratamiento, la gingivitis puede llevar a una periodontitis, una condición en la cual el diente se pierde debido a que los tejidos conectado a la raíz del diente están dañados, llevando a una pérdida eventual del diente.

Síntomas:

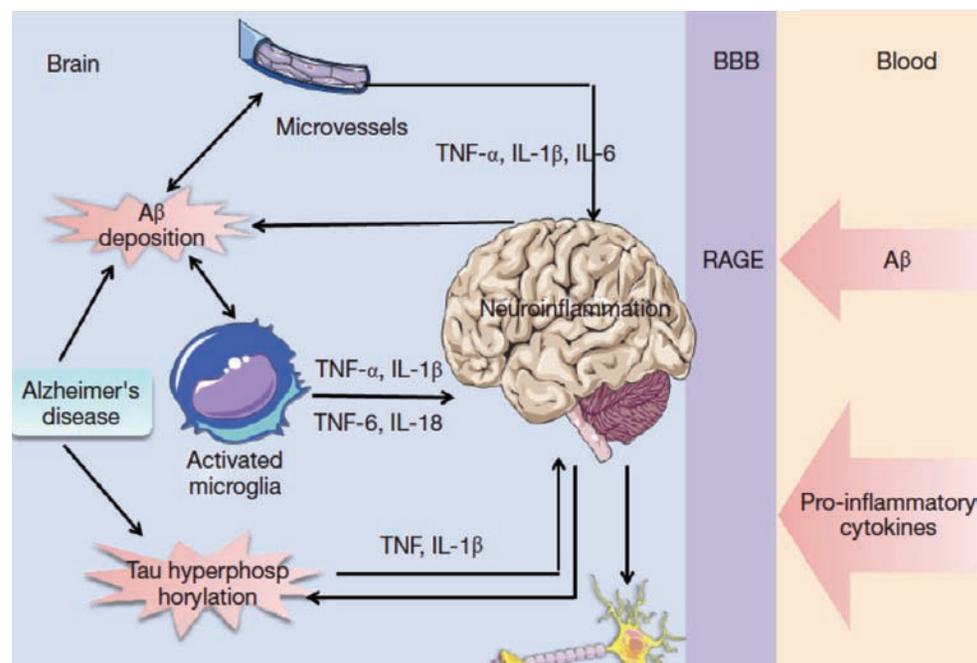
1. Cambio en el color de la encía. Las encías son usualmente de color rosado claro. En el evento de gingivitis, la encía cambiara su color a un rojo oscuro.
2. Hinchazón de las encías.
3. Sangrado de encías.
4. Dolor de muela cuando expuesta al los estímulos de calor o frío.
5. Mal aliento o mal olor de la boca.

Causas:

Una higiene oral pobre crea oportunidades para que la bacteria en la boca construya sarros en la superficie del diente. El sarro dental es una sustancia pegajosa sobre u entre los dientes. Esto se hace cuando el almidón y azúcar

en la comida interacciona con la bacteria normalmente encontrada en la boca. Con el tiempo el sarro puede formar tártaro o cálculos, el cual es mucho mas duro y no puede ser limpiado con el cepillado regular. El sarro puede consistir de un sin número de diferentes clases de bacterias así como virus y hongos. Un tipo de bacteria muy nocivo, llamado Porphyromonas gingivalis, ahora se cree que esta asociado con un alto riesgo de desarrollar la enfermedad de Alzheimer, una enfermedad común neurodegenerativa que causa la pérdida de memoria en ancianos. La causa de la enfermedad Alzheimer se cree que esta correlacionado con la presencia de proteostasis tal como el sarro del tipo tau y/o alfa y beta. La acumulación de estas proteínas en el cerebro pueden causar cambios en el funcionamiento de los tejidos del cerebro, que lleva a una pérdida de memoria.

Varios estudios han revelado que la proteostasis es un producto liberado por el sistema inmune del cuerpo humano en respuesta a la infección tal como la gingivitis,



total por la también llamada enfermedad incurable. No obstante, todavía se necesitan mas estudios con el objeto de determinar si la gingivitis actualmente puede llevar a la enfermedad de Alzheimer. Entre tanto, si la higiene oral es practicada apropiadamente y frecuentemente, el porcentaje de declinación cognitiva en ancianos esperadamente se reducirá ya que la infección dental es común pero una enfermedad curable a cualquier edad.

total por la también llamada enfermedad incurable. No obstante, todavía se necesitan mas estudios con el objeto de determinar si la gingivitis actualmente puede llevar a la enfermedad de Alzheimer. Entre tanto, si la higiene oral es practicada apropiadamente y frecuentemente, el porcentaje de declinación cognitiva en ancianos esperadamente se reducirá ya que la infección dental es común pero una enfermedad curable a cualquier edad.

Cosas para recordar:

1. Use pasta dental que contenga flúor.
2. Use el celillo dental apropiadamente y con fre-

cuencia.

3. Use enjuague bucal con tenga propiedades antimicrobiales tal como el Listerine, Peridex, etc.

4. Chequeos dentales rutinarios de limpieza dental para remover sarros y un tratamiento temprano de cualquier enfermedad de encía.

5. Use antibióticos para tratar gingivitis prescritas por su dentista si lo necesita.

Espero que la información citada le ayude a entender que no solo las enfermedades dentales adversariamente afectan su salud oral, pero esto también podría afectar el bienestar de su cuerpo en general, especialmente el funcionamiento de su cerebro.



Vinh Tran, DDS

NUESTROS SERVICIOS:

- Exámenes completos y Emergencias
- Limpieza Regular y Profunda
- Rellenos y Blanqueamiento
- Tratamientos de Conductos
- Coronas y Puentes
- Dentaduras completas y Parciales

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

AFECTANDO LA COMUNICACIÓN



Es importante que se evalué la audición y se trate la pérdida auditiva, porque afecta a la memoria y a la estimulación del cerebro.

FOTO: THINKSTOCK.

La pérdida auditiva crea una peor atención médica

Los malentendidos aumentan el riesgo de errores médicos.

HEALTHDAY NEWS

Muchas personas mayores quizá no oigan todo lo que el médico les dice, sugiere una nueva investigación, y eso aumenta el riesgo de errores médicos.

El problema no es solo que los médicos hablen más alto.

Las pruebas de audición con frecuencia no capturan la complejidad de la forma en que los pacientes procesan la información médica, y los audífonos quizá no sean la respuesta, dijo Simon Smith, de la Facultad de Medicina del Colegio Universitario de Cork, en Irlanda.

El proceso que lleva a una mala comunicación que comienza por una pérdida auditiva amerita más estudio para ayudar a los pacientes a comprender mejor lo que les dicen, y para ayudar a encontrar formas de que los médicos se comuniquen mejor, planteó.

Según el Dr. Darius Kohan, director de otología y neurología en el Hospital Lenox Hill, en la ciudad de Nueva York, “este artículo aclara un problema importante que los pacientes y las familias y los

proveedores de atención de la salud comparten: el flujo de la comunicación entre los implicados”.

“Con frecuencia, en el ámbito de la atención médica hay un ruido de fondo que perturba a la audición, el contenido muchas veces es técnico y los pacientes y los familiares no están familiarizados con el mismo, y el ambiente es estresante para los pacientes, que quizá ya estén sufriendo debido a su afección médica”, explicó.

Los principales tipos de audición errónea incluyeron un malentendido sobre lo que les dijeron, no escuchar de forma correcta el diagnóstico o el consejo del médico, y un fracaso generalizado en la comunicación entre médico y paciente, dijo Smith.

Una especialista en geriatría dijo que la pérdida auditiva en los adultos mayores es un problema al que se enfrentan

ta a diario.

Cuando perdemos la sensación de escuchar, también perdemos acceso a la información, lo que puede provocar una ralentización de nuestra función mental”, señaló la Dra. Maria Torroella Carney, jefa de la división de medicina geriátrica y paliativa de Northwell Health en New Hyde Park, Nueva York.

Muchas personas tienen pérdida auditiva pero no se ponen un audífono. El seguro con frecuencia no cubre los audífonos, anotó Carney.

Para algunos pacientes, Carney utiliza un amplificador auditivo, que es un dispositivo sencillo que puede ayudar a algunos pacientes a escuchar mejor al aumentar el volumen del sonido directamente en la oreja.

El dispositivo también ayuda a los pacientes a comprender las instrucciones sobre los medicamentos, afirmó.

“Si los pacientes no lo oyen todo, no comprenden y no hacen preguntas para clarificar”, dijo.

60 años
se comienza a tener problemas de audición.

¡¡¡Ahora contamos con un dispositivo de tracción para la pérdida de erección prematura!!!

GERMANTOWN

Urology Center

Se habla español

Los resultados médicos que tú necesitas. La relación personal que tú quieres.

CENTRO DE ALTA CALIDAD

- Eliminación de piedras en el Riñón 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
GENERICOS
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



Virginia & Maryland
CarePeople Home Health, Inc.
Servicios de cuidado para personas mayores y personas con enfermedades

Si alguien en su familia necesita ayuda de salud, llámenos. Le ayudaremos.

Ayuda en la vida diaria

(Atención en la comunidad y servicios a domicilio)

- Alimentación
- Necesidades del baño
- El aseo y lavado
- La selección y vestimenta adecuada
- La incontinencia
- La movilidad, para caminar

Servicios de Home Health y Hospicio

- Servicio por beneficio de Medicaid y Long Term Care (VA, MD EDCD WAIVER)
- Les ayudamos a aplicar para Medicaid y Long Term Care

¡Cubierto por el Beneficio de Medicaid!

Después del alta del hospital, nosotros le mandamos un ayudante personal a su casa



CLASES PARA LOS AYUDANTES

*Clases para PCA: lunes-viernes 9:30 a.m. - 5:30 p.m.

Oficina Principal:
7620 Little River Turnpike, Suite 500, Annandale, VA
Oficina en Maryland:
901 Russell Ave., Suite 150, Gaithersburg, MD 20879
Servicios las 24 horas 571-297-4747 (VA, MD)
301-966-7000

Controle y vigile la nutrición de los más pequeños de casa

Mes Nacional de la Obesidad Infantil

En septiembre se le da prioridad a las maneras de fomentar el crecimiento saludable en los niños y de cómo prevenir.



CDC/REDACCIÓN WASHINGTONHISPANIC

Septiembre se ha considerado como el mes Nacional de Concientización sobre la Obesidad Infantil y brinda una oportunidad para informarnos sobre maneras de prevenir y abordar este grave problema de salud.

Riesgos

- Los niños con obesidad tienen más probabilidades de tenerla cuando sean adultos. Esto puede causar problemas de salud físicos y mentales para toda la vida, entre ellos diabetes y un mayor riesgo de presentar ciertos cánceres.
- Los niños que tienen obesidad enfrentan más acoso (bullying) y estigma.
- En la obesidad infantil influyen muchos factores. En algunos niños y familias, esos factores incluyen pasar demasiado tiempo en actividades sedentarias como ver televisión; la falta de una rutina a la hora de irse a dormir lo que lleva a tener muy pocas horas de sueño; la falta de lugares en la comunidad donde poder hacer actividad física adecuada; fácil acceso a bebidas y refrigerios baratos y con muchas calorías; o la falta de acceso a alimentos asequibles y más saludables.



Prevención

- Hay maneras en las que los padres pueden ayudar a prevenir la obesidad y respaldar el desarrollo saludable de sus hijos.
- Para ayudar a garantizar que los niños tengan un peso saludable, el equilibrio energético es importante. Para lograr este equilibrio, los padres deben asegurarse de que sus hijos duerman lo suficiente, sigan las recomendaciones sobre la cantidad de tiempo diario que pueden pasar frente a una pantalla, participen en actividades físicas con regularidad y consuman la cantidad correcta de calorías.
- Los padres pueden sustituir los alimentos con ingredientes de mayor contenido calórico (como azúcar añadida y grasas sólidas) por alimentos con menos calorías y mayor contenido nutritivo como las frutas y verduras.*
- Los padres pueden servirles a sus hijos frutas y verduras en las comidas y como refrigerios.
- Los padres pueden garantizar que los niños tengan acceso a agua como una alternativa sin calorías a las bebidas endulzadas con azúcar.
- Los padres pueden ayudar a sus hijos a que hagan la cantidad recomendada de actividad física* cada día, alentándolos a participar en actividades que sean divertidas y adecuadas para su edad. Hay varias actividades aeróbicas y para el fortalecimiento de músculos y huesos* que los niños pueden hacer y que son adecuadas para cada edad.

Ayudando para evitar la obesidad infantil

- Para hacerle frente a la obesidad se puede comenzar en el hogar, pero también es necesario el apoyo de las comunidades.
- Todos podemos formar parte del esfuerzo para alentar a más niños a que sean físicamente activos y tengan una alimentación saludable.
- El gobierno federal está actualmente ayudando a familias de bajos ingresos a obtener alimentos asequibles y nutritivos a través de programas como el Programa de Nutrición Complementaria para Mujeres, Bebés y Niños (WIC, por sus siglas en inglés) y el Programa de Atención Alimentaria para Niños y Adultos (CACFP).
- Las partes interesadas a nivel estatal y local (como los departamentos de salud, empresas y grupos comunitarios) pueden ayudar a que sea más fácil para las familias con niños encontrar oportunidades de bajo costo para hacer actividad física, y comprar alimentos asequibles y saludables en sus vecindarios y entornos comunitarios.
- Las escuelas pueden ayudar a que los estudiantes sean sanos al poner en marcha políticas y prácticas que respalden la alimentación saludable y la actividad física regular, y al ofrecer oportunidades para que los alumnos se informen sobre estos comportamientos y los practiquen.
- Con más del 60% de los niños menores de 6 años en los Estados Unidos que reciben algún tipo de cuidado externo en forma semanal, los padres pueden unirse a los proveedores de cuidados infantiles para que se respalden los hábitos saludables en el hogar y en los entornos donde los niños reciben cuidados.
- Al trabajar juntos, los estados, las comunidades, las escuelas, los proveedores de cuidados infantiles y los padres pueden hacer que los alimentos y bebidas más saludables, así como la actividad física, sean una opción fácil para niños y adolescentes a fin de prevenir la obesidad infantil.

Los padres pueden servirles a sus hijos frutas y verduras en las comidas como refrigerios.



¡GRAN APERTURA!

Centro Médico con Equipo de Última Generación para servir a los residentes de las comunidades de Falls Church, Annandale, Springfield y todo el Norte de Virginia

7306 Maple Place, Annandale, VA 22003
Teléfono (703) 333 5001
Abierto 365 días de 8 a.m. – 10 p.m.



Podemos ser su doctor primario si necesita uno. / TAMBIÉN HABLAMOS ESPAÑOL

www.progressiveurgentcare.com
www.facebook.com/progressiveurgentcare2016

PROGRESSIVE URGENT & PRIMARY CARE

Centro de Atención de Cuidados Primarios y Emergencias

Equipo de médicos con amplia experiencia en cuidados primarios y de emergencia

Dr. Ngoc Ly ● Dr. Tu-Van Tran ● Dr. Khiem Tran

- Médicos afiliados a la mayoría de seguros, Medicare y Medicaid
- Precios asequibles para pacientes sin seguro médico
- No se requiere cita previa, no tiempo largo de espera
- Brindamos una completa gama de servicios de prevención, cuidados primarios y de emergencia
- Clinica ambulatoria para tratamiento inmediato de heridas menores y enfermedades. Le evitamos costosas visitas a la sala de emergencias
- Tratamientos de hipertensión, diabetes, problemas digestivos, oído, nariz, garganta, articulaciones y dolores de espalda, gota, problemas femeninos, prueba de papanicolaou
- Radiografía y laboratorio en casa CON RESULTADOS INMEDIATOS
- Ubicación muy conveniente y con espacioso estacionamiento a espaldas de la clínica



¿UD. SE SIÉNTE ASÍ O SABE QUIÉN LO ESTÁ? Emociones Anónimas B.V. Washington

3219 Columbia Pike Suite B1 y B2
 Arlington, Virginia 22204
 Teléfono: 571-451-7672
 washingtondc@mbvna.org

Sesiones:
 Lunes a Viernes de 6:00 P.M. a 10:00 P.M.
 Sabados de 11:00 a 3:00 P.M.
 Domingos de 11:00 a 1:00 P.M.

AYUDA GRATUITA

MEDICINA GENERAL DR. ANTONIO RIVERA

COLESTEROL • HIPERTENSIÓN • DOLOR DE ESPALDA
 DIABETES • FLU • ASMA • VACUNAS • DERMATOLOGÍA

ATENDEMOS TODOS LOS DÍAS
 6319 CASTLE PL. SUITE 1E, FALLS CHURCH, VA 22044
 (Muy cerca a la Ruta 7 W. Broad St. y Ruta 29)

PROMOCIÓN ESPECIAL:
 CONTROL MÉDICO ANUAL PARA HOMBRES Y MUJERES
 PLANES DE SALUD PARA PERSONAS SIN SEGURO
 ACEPTAMOS LA MAYORÍA DE SEGUROS, MEDICARE, MEDICAID

TEL: 703 532 1222

SE SALVARÍAN MILES DE VIDAS CADA AÑO

Respaldan mamografías anuales a partir de los 40 años

Se reducirían en un promedio del 40 por ciento.

HEALTHDAY NEWS

¿Con qué frecuencia deberían hacerse las mujeres una mamografía? Las directrices difieren, pero un nuevo estudio estima que miles de vidas estadounidenses podrían salvarse si las mamografías se hicieran cada año desde los 40 a los 84 años de edad.

“La evaluación anual a partir de los 40 años de edad es la mejor estrategia para evitar morir de cáncer de mama de forma prematura”, dijo el coautor del estudio, R. Edward Hendrick, profesor de radiología en la Facultad de Medicina de la Universidad de Colorado.

En Estados Unidos, más de 40,600 mujeres fallecerán este año, según la Sociedad

Americana Contra El Cáncer (American Cancer Society). Y se diagnosticarán aproximadamente 252,700 casos nuevos de cáncer de mama invasivo.

Hendrick y sus colaboradores usaron un modelo de computadora para evaluar las tres principales recomendaciones para las mamografías: la evaluación anual desde los 40 a los 84 años de edad; la evaluación anual desde los 45 a los 54 años, y luego cada dos años desde los 55 hasta los 79 años; o cada dos años desde los 50 hasta los 74 años.

“Sabemos que las mamografías salvan vidas”, dijo Hendrick. “Lo que sigue siendo un misterio es cuántas muertes por cáncer de mama se evitan gracias a las mamografías y al tratamiento adecuado”.

Los investigadores estimaron cuántas vidas se sal-

40,600
mujeres
fallecerán este
año, según la
American Cancer
Society.



La evaluación anual a partir de los 40 años de edad es la mejor estrategia para evitar morir de cáncer de mama.

FOTO: THINKSTOCK.

varían si todas las mujeres estadounidenses nacidas en 1960 siguieran una de las tres recomendaciones cada año.

En comparación, la mortalidad por cáncer de mama se reduciría un 31 por ciento con las mamografías hasta los 79 años de edad. Y esto bajaría a un 23 por ciento con las ma-

mografías cada dos años desde los 50 hasta los 74 años, que es lo que recomienda el Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de EE. UU.

La cifra de vidas salvadas del cáncer de mama sería aproximadamente 29,400 con las pruebas anuales desde los 40 hasta los 84 años; y unas

22,800 y 17,200, respectivamente, con las otras dos recomendaciones, descubrieron los investigadores.

El método que adopten las mujeres “marca mucho la diferencia con respecto a las muertes evitadas por cáncer de mama”, dijo Hendrick.

En la actualidad, solamen-

te alrededor de la mitad de las mujeres mayores de 40 años realizan una mamografía al menos una vez cada dos años, aunque se prevé que 1 de cada 8 desarrolle un cáncer de mama a lo largo de su vida, dijo Hendrick.

El estudio aparece en la edición de la revista Cancer.

TOTAL DENTAL CARE

Dentista Familiar y Cosmética
Dr. Linh Anthony Nguyen, D.D.S., P.C.

CORONAS, PUENTES, DENTADURAS,
EXTRACCIONES, ROOT CANAL,
IMPLANTES, COSMÉTICA 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.

703-256-1183
5017-B Backlick Rd.
Annandale, VA 22003

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.

Embellezca su figura

CUIDADO DE LAS VENAS VARICOSAS

• Tratamiento con Láser, Cuidado de la piel, Tratamos Acné,
Eliminación de vellos, inyección de botox, cirugía a rayo laser

ESCUOTOR 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

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
- Papanicolaou/Examen Anual
- Disfunción Sexual
- Cirugía invasiva mínima 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





Dr. Kenneth Woo

D.D.S. LLC. & Associates
(301) 933-1833 Kensington Dental Center
(240) 683-3833 Gaithersburg Dental Care

Regreso a la Escuela | Consejos y Trucos

A medida que el verano llega a su fin, es hora de sacar el polvo de las mochilas y preparar a los niños para otro año. Pero antes de que suene la campana, no olvide atender las necesidades de salud dental de su hijo. Ahora es el momento de asegurar que su boca esté en buena forma para un año escolar saludable.

Revisión de la Cavidad

Las caries son, lamentablemente, comunes en los niños. Su amor por los alimentos dulces y bebidas combinado con a veces la falta de higiene dental establecen un entorno perfecto para la caries dentales. Los niños deben hacerse examinar los dientes en busca de puntos débiles y sarro cada seis meses, y los rayos X generalmente se hacen una vez al año.

Las caries se deben llenar en sus primeras etapas para preservar la salud del diente y corregir el problema antes de que empeore. Las caries pueden ser dolorosas, y un dolor de muelas no es la manera de comenzar el año escolar!

Gomas Saludables

Las encías son tan importantes para la salud dental de su hijo como los dientes. Las encías son la base de una boca sana, por lo que necesitan el mismo cuidado y atención en las bocas de todas las edades.



Los niños y los adolescentes no siempre son los más xiligentes sobre el uso del hilo dental, que es lo mejor que pueden hacer por sus encías cada día. Para ayudarles a entrar en el hábito, considere los flossers divertidos diseñados para los pequeños o intente las dental picks o los cepillos interdetales pequeños vendidos en muchas tiendas. Y, el dentista de su hijo buscará problemas de encías en cada visita, para ayudar a detectar problemas antes de que se conviertan en graves.

Tratamientos con Flúor

Muchos niños pueden beneficiarse de los tratamientos con flúor porque ayudan a prevenir las caries.

Muelas del Juicio

Para los adolescentes, los terceros molares, o

dientes del juicio, se deben revisar en los exámenes dentales. Estos suelen comenzar a estallar en los últimos años de la adolescencia. Algunos jóvenes son capaces de mantener estos dientes sin problemas. Otros, sin embargo, pueden necesitar que sean removidos debido a aglomeración, infección, impactación u otras complicaciones.

Un examen dental es mucho más que una simple limpieza. Asegúrese de que el año escolar de su hijo tenga un gran comienzo con una boca sana.

¡Comuníquese con la oficina del Dr. Woo para programar el chequeo de regreso a la escuela de su hijo hoy mismo!

Y para cualquier consulta o para hacer una cita visite cualquiera de nuestra 2 clínicas:

**KENSINGTON: 3704 Perry Avenue
Kensington MD 20895
(301) 933-1833**

**GAITHERSBURG: 17 Firstfield Road Suite 101
Gaithersburg MD 20877
(240) 683-3833**

USTED HA PERDIDO O TIENE UN DIENTE CAIDO O ROTO? Descubra cómo los implantes dentales son la solución permanente.

IMPLANTE DENTAL

a sólo **\$890**

No incluye el pilar y la corona. No se puede combinar con otras ofertas.

Especial para Pacientes Nuevos!

GRATIS
Exámenes &
Rayos X necesarios

GRATIS
Consulta para
Implantes, Extracciones,
Dentaduras y Frenillos.

10% Dcto.

En cualquier
procedimiento dental
(Sólo a pacientes nuevos)

*Algunas restricciones pueden aplicar.

Kenneth M. K. Woo, DDS, LLC

Implantes & Consulta de Ortodoncia GRATIS... **Llamenos hoy mismo!**

- ☛ Atención personalizada y de Calidad - en cada vez
- ☛ Implantes para los dientes que faltan para estabilizar dentaduras
- ☛ Visitas de emergencia - el mismo día - disponibles
- ☛ Endodoncia en Sesión de un Solo Día & Invisalign®
- ☛ Citas convenientes por la tarde y los sábados
- ☛ Opciones de pago y de financiación asequibles



www.MyBestDentalCare.com



Kensington Dental Center:
301-933-1833
3704 Perry Ave.
Kensington, MD

Gaithersburg Gentle Dental:
240-683-3833
17 Firstfield Rd. #101
Gaithersburg, MD



POR EL PESO QUE RECAE EN LA ESPALDA DE SUS HIJOS

Evite lesiones a causa de las mochilas

Algunos consejos para aligerar la carga ahora que se acerca el nuevo año escolar.

HEALTHDAY NEWS

Ante el inicio del año escolar, los expertos advierten que las mochilas sobrecargadas con frecuencia resultan en lesiones de la espalda entre los niños.

Más de 13,700 niños de 5 a 18 años fueron tratados en hospitales y consultorios médicos por lesiones relacionadas con las mochilas en un solo año, según la Comisión de Seguridad de los Productos del Consumidor de EE. UU.

La Academia Americana de Cirujanos Ortopédicos (American Academy of Orthopedic Surgeons, AAOS) aconseja a padres y cuidadores prestar mucha atención a la postura de los niños, y a no

esperar que se quejen de dolor de espalda antes de aligerar su carga.

“Cuando se usan correctamente, las mochilas pueden ser una buena forma de llevar las cosas necesarias para un día en la escuela”, aseguró un comunicado de prensa de la AAOS la Dra. Melanie Kinchen, cirujana ortopédica y vocera de la academia. “Las lesiones por las mochilas son comúnmente provocadas por usar mochilas sobrecargadas, y por levantarlas y llevarlas de forma incorrecta. Comience eligiendo una mochila que sea del tamaño apropiado para su hijo, o haga que use una mochila con ruedas como alternativa a llevar la pesada carga en los hombros”.

La academia sugirió varias formas adicionales de ayudar a los niños a evitar el dolor y

la incomodidad de usar una mochila.

- Ajustar las correas, y usar la correa de cintura, si está disponible.

- Colocar los artículos más grandes dentro de la mochila lo más cerca posible de la espalda, y sacar cualquier cosa que sea demasiado pesada.

- Doblar las rodillas y usar las piernas para levantar la mochila.

- Llevar solo los artículos esenciales en la mochila. Dejar los libros adicionales en casa o en la escuela siempre que sea posible.

- No dejar las mochilas en los pasillos o en medio del camino para evitar caídas.

- Los padres y los cuidadores deben animar a los niños a informar sobre cualquier dolor o incomodidad que sientan mientras usan



Las lesiones por las mochilas son provocadas por usar mochilas sobrecargadas, y por levantarlas o llevarlas de forma incorrecta. FOTO: THINKSTOCK.

sus mochilas, sobre todo en tumefecimiento u hormigueo en los brazos o piernas.

- Los niños solo deben

usar mochilas que sean adecuadas para su tamaño.

- Los padres y los cuidadores deben estar pendientes

de cualquier cambio en la postura de su hijo, o de marcas rojas en los hombros por usar la mochila.

Pediatras de Springfield



Dr. Arshia Qadir
Dr. Jacqueline Hoang
Dr. Laurie Moore
Dr. Mirella Marshall
Dr. Sonia Singh

Los mejores Pediatras en el área

Venga y lo ayudaremos con la salud de su hijo

- *Atendemos a niños recién nacidos hasta los 21 años de edad, chequeos médicos, vacunas, comportamiento del niño*
- *Aceptamos la mayoría de seguros médicos, incluso Medicaid.*



5502 Backlick Road
Springfield, VA 22151

Disponibles horarios en la noche y fines de semana

703-642-8306



Aumenta hipertensión en niños y adolescentes

Es probable que se diagnostique y se trate la hipertensión en más niños y adolescentes de EE. UU. gracias a unas nuevas directrices publicadas por la Academia Americana de Pediatría.

Alrededor de un 3.5 por ciento de los niños y adolescentes tienen una presión arterial anómalamente alta, o hipertensión, que con frecuencia no se detecta ni se trata.

Esto es particularmente preocupante debido a que la incidencia de hipertensión infantil ha aumentado en Estados Unidos desde 1988, aunque ahora se ha nivelado. Según las nuevas tablas simplificadas, se medirá la presión arterial de los niños comparándola con la de niños de peso normal, de forma que es probable que las medidas ideales sean más bajas que en el pasado.