



salud



Evite la hipotermia por temperaturas extremas

>4-5

GRANDES AVANCES dan opciones
a personas diabetes.

>7

Identifique las señales de
ADVERTENCIA DE SUICIDIO.

>8

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



HISTORIA DE PASTA DE DIENTES Y PASTA DE DIENTES ACTUAL

No sabemos exactamente cuándo se utilizó por primera vez una sustancia en los dientes, pero la investigación sugiere que los antiguos egipcios desarrollaron una crema dental ya en 3000-5000 años antes de Cristo. Esta crema dental se compone de cenizas en polvo de los cascos de los bueyes, mirra, cáscaras de huevo, piedra pómez y agua. Más tarde en Grecia y Roma, vemos más abrasivos que se añade a la mezcla de polvo, como los huesos triturados y conchas de ostras. Sabemos que los romanos añadieron saborizante para hacer la pasta más agradable al paladar.

Alrededor del año 500 antes de Cristo, nos encontramos con que China e India estaban usando polvo / pega también.

Hubo una pasta real que se vende en un frasco. Colgate se involucra con la producción en masa de esta en 1873. Más tarde vemos a nuestros tubos de aleación de plomo primera / de la lata.

1892: Dr. Washington Sheffield es la primera persona en poner pasta de dientes en un tubo colapsable.

1914: El fluoruro se añade a la pasta dental después de descubrir que disminuyó significativamente las caries dentales. Segunda Guerra Mundial provocó una escasez de plomo / estaño. Dado que el plomo también se filtró en la pasta de dientes, se han desarrollado tubos de plástico. 1975: pastas de dientes a base de plantas sin fluoruro, como Tom, de estar disponibles como una alternativa. Estas pastas de dientes incluyen ingredientes como el aceite de menta, mirra y extractos de plantas.

1987: la pasta de dientes comestible fue inventada. Lo que fue utilizado principalmente para los niños que están aprendiendo a cepillar los dientes, fue inventado



por la NASA, por lo que los astronautas podrían lavarse los dientes sin escupir en un abismo de gravedad cero. 1989: Rembrandt inventó la primera pasta de dientes que se cobró para blanquear y aclarar su sonrisa.

2006: Biorepair apareció en Europa, con la primera pasta de dientes que contiene hydroxyapatite sintético como alternativa al fluoruro para el mantenimiento y la reparación del esmalte dental.

2015: Livionex es un nuevo tipo de pasta de dientes, los dientes dos veces y media mejor que las marcas tradicionales y la inflamación de las encías casi es borrada de la limpieza y el sangrado. Livionex Gel Dental contiene abrasivos o detergentes. Utiliza Activado edathamil de penetrar y alterar la capacidad de las bacterias para unirse a la superficie del diente.

La placa dental es una biopelícula bacteriana. Las bacterias y biopelículas están cargadas negativamente en los dientes. En teoría, las bacterias nunca deben pegarse a los dientes. Sin embargo, los iones de calcio cargados positivos en la saliva enmascaran las cargas negativas, lo que permite que las bacterias se acercan a la superficie del diente. Compuestos llamados quelantes que se pueden utilizar para eliminar el calcio perjudicial, desde el fluido de la placa debido a que tienen una fuerza de unión más fuerte para el calcio. El problema es que los quelantes también están cargados negativamente y por lo tanto son incapaces

de penetrar la biopelícula oral, cargado negativamente (placa).

La tecnología patentada de Livionex Inc funciona mediante la activación de edathamil, un conocido quelante de calidad alimentaria. Edathamil por sí solo no muestra mucha eficacia en la interrupción de la biopelícula. Sin embargo, Activado edathamil de Livionex Gel Dental muestra los resultados que ninguna otra pasta de dientes ha sido capaz de lograr. Penetra y se interrumpe placas, al tiempo que reduce drásticamente la inflamación gingivitis y sangrado.

Ingredientes:

Mirar los ingredientes de Colgate Total Advanced Fresh + Blanqueamiento

1. Abrasivos: Abrasivos constituyen al menos el 50% de una pasta de dientes típica. Las partículas insolubles ayudan a eliminar la placa de los dientes: hidróxido de aluminio $Al(OH)_3$, $CaCO_3$ El carbonato de calcio, fosfatos de calcio, sílices de hidrógeno y zeolitas, hydroxyapatite $Ca_5(PO_4)_3OH$

2. Fluoruro: El fluoruro fortalece activamente el esmalte que recubre los dientes. El esmalte es una sustancia dura que ayuda a defender los dientes de los ataques de la placa que de otro modo podrían causar la formación de caries y los nervios dentro de los dientes para ser susceptibles a los daños. El uso de fluoruro se ha demostrado para reducir la instancia de la caries dental en un 40 a 60% en el

fortalecimiento de la esmalte. El fluoruro estannoso se ha demostrado ser más eficaz que el fluoruro de sodio en la reducción de la incidencia de la caries dental y el control de la gingivitis. El uso de pasta de dientes "toda la fuerza" (1350-1500 ppm) se recomienda para todas las edades (aunque los volúmenes más pequeños se utilizan para niños pequeños, una "mancha" de pasta de dientes hasta tres años de edad).

3. Los surfactantes: Muchos, pero no todos los dentífricos contienen lauril sulfato de sodio (SLS) o tensioactivos relacionados (detergentes). SLS se encuentra en muchos otros productos de cuidado personal, así, como champú, y es principalmente un agente espumante, que permiten la distribución uniforme de la pasta de dientes, la mejora de

su poder de limpieza.

Otros componentes:

■ Los agentes antibacterianos: El triclosán o cloruro de zinc previene la gingivitis y ayuda a reducir el sarro y el mal aliento.

■ Los aromatizantes: Pasta de dientes viene en una variedad de colores y sabores destinadas a favorecer el uso del producto.

■ Reciclaje de nutrientes: nanocristales de hidroxiapatita y una variedad de fosfatos de calcio están incluidos en las formulaciones para la remineralización (la reforma) del esmalte.

■ Varios componentes: Se añaden agentes para suprimir la tendencia de pasta de dientes a secarse en un polvo. Diversos alcoholes de azúcar, tales como glicerol, sorbitol, cloruro de estroncio o nitrato de potasio se incluyen en algunas pastas de dientes para reducir la sensibilidad.

Otros tipos de pasta de dientes

■ Pasta de dientes blanqueadora: Muchas cremas dentales hacen afirmaciones de blanqueamiento. Algunas de estas pastas de dientes contienen peróxido, el mismo

ingrediente que se encuentra en geles de blanqueo de dientes. El abrasivo en estas pastas de dientes elimina las manchas, no el peróxido. El Blanqueamiento de la crema dental no puede alterar el color natural de los dientes o revertir la decoloración por la penetración de las manchas superficiales o caries. Para quitar las manchas superficiales, la pasta de dientes blanqueadora puede incluir abrasivos para pulir suavemente los dientes y/o aditivos tales como tripolifosfato de sodio para descomponer o disolver las manchas.

La Pasta de dientes blanqueadora es seguro para el uso diario, pero el uso excesivo puede dañar el esmalte de los dientes.

En resumen, la pasta de dientes se utiliza para promover la higiene bucal. Sirve como un abrasivo que ayuda en la eliminación de la placa dental y la comida de los dientes, ayuda en la supresión de la halitosis, y suministra ingredientes activos (más comúnmente fluoruro) para ayudar a prevenir la caries dental (caries dental) y la enfermedad de las encías (gingivitis).

Esperamos que esta información le ayude.



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

UN RIESGO QUE NO DEBE CORRER

Un exceso de comida frita acorta su vida

Este estudio enfatiza que es una certeza que la comida frita y la grasa tienen una relación directa con la enfermedad cardíaca.

HEALTHDAY NEWS

El pollo frito, las papas fritas y las milanesas quizá sean deliciosos, pero darse el gusto de comer esos alimentos con regularidad podría resultar letal, advierte un estudio reciente. Las mujeres que comen más de una porción a la semana de pollo frito o pescado frito tienen un mayor riesgo de enfermedad cardíaca y muerte.

“En general, encontramos que el consumo total de comida frita se relaciona con un mayor riesgo de muerte por todas las causas, y además de muerte por enfermedad car-

diovascular”, señaló el investigador sénior, el Dr. Wei Bao, profesor asistente de epidemiología en el Colegio de Salud Pública de la Universidad de Iowa.

Los resultados no son sorprendentes, “dada la asociación entre la comida frita y el aumento de peso y la obesidad, además de la elevación del colesterol y los triglicéridos”, comentó el Dr. Guy Mintz, que no participó en el estudio. Mintz es director de salud cardiovascular y lipiología en el Hospital Cardíaco Sandra Atlas Bass de Northwell Health, en Manhasset, Nueva York.

“Unas malas decisiones

conducen a unos malos resultados. Tenemos la oportunidad de ayudarnos a vivir unas vidas más sanas y más largas mediante cambios en el estilo de vida”, enfatizó Mintz.

Aunque el estudio se enfocó en las mujeres, Bao dijo que es muy probable que los hombres se vean afectados de forma similar por una dieta con abundantes alimentos fritos.

Es probable que la obesidad tenga un rol en el aumento del riesgo de morir, planteó. Las mujeres que comían comida frita con regularidad tenían una ingesta calórica diaria mucho más alta que las que no comían alimentos fritos.



Las personas no deben subestimar el efecto que una ingesta alta de grasa tiene en la salud cardíaca.

FOTO: THINKSTOCK

Pero otros factores también podrían tener un rol, señaló Bao.

Los amantes españoles de la comida frita usan regularmente el aceite de oliva para freír, y lo más frecuente es que cocinen su comida frita en su propia cocina, explicó Bao. En comparación, las personas de Estados Unidos tienden a comer comida frita de restaurantes, donde con frecuencia se cocina en frei-

doras con aceite de cacahuate o de canola.

“El proceso de freír en casa podría ser distinto del proceso de freír fuera de casa”, dijo Bao. “Algo notable es que cuando freímos en casa, no reutilizamos el aceite varias veces”.

Mientras tanto, las personas no deben subestimar el efecto que una ingesta alta de grasa tiene en la salud cardíaca, comentó el Dr. Satjit

Bhusri, cardiólogo en el Hospital Lenox Hill, en la ciudad de Nueva York. Bhusri no participó en el estudio.

“Los ataques cardíacos ocurren debido a que las placas de colesterol se acumulan en las arterias coronarias”, dijo Bhusri. “Consumir grasas de la comida frita tiene un impacto directo en la carga de esta enfermedad. La ruptura de una placa de colesterol provoca un ataque cardíaco”.



Nova Community Health Center

Nuestra organización es sin fines de lucro, nos dedicamos a servir a las personas sin seguros de salud del área del DC; cada mes el último sábado a la 1:00 de la tarde tenemos servicios clínicos diagnósticos y los resultados en la semana siguiente en el mismo lugar a la 1:00 pm. Todo ingreso obtenido lo usamos para pagar los costos del laboratorio por eso no aceptamos tarjeta de crédito o cheque.

Servicios en el exámenes de sangre

- Hematología Completa • Colesterol • Hepatitis A y B
- Análisis Bioquímico • Nivel de la hormona estimulante de la tiroides
- Antígeno prostático específico • Función renal • Nivel hígado
- A1C (glucemia de 3 meses)
- Aceptamos una tarifa nominal de \$15 por cada examen para cubrir los gastos administrativos.

Estamos abiertos de 01:00 PM a 2:00 PM
Durante los siguientes días en el año 2019:

- Febrero 23 • Mayo 25
- Marzo 30 • Junio 29
- Abril 27 • Julio 27

10331 Democracy Ln Fairfax, Virginia 22030 • www.nchcenter.org



HEALTHDAY NEWS

Mientras unas temperaturas gélidas congelan la mitad norte de Esta-

dos Unidos, los médicos señalan que las personas deben tomar medidas para evitar unas reducciones peligrosas en la temperatura corporal, o hipotermia.

“Es importante tomar medidas para permanecer calientes, prestando especial atención a la cabeza y al cuero cabelludo [además de la nariz, el cuello y las orejas], que con frecuencia están expuestos al aire frío y en riesgo de per-

der calor en las temperaturas frías”, señaló en Dr. Robert Glatter, médico de emergencias del Hospital Lenox Hill en la ciudad de Nueva York.

“En tiempo de frío, es importante mantener la cabeza, la cara y la nariz cubiertas, pero lo más importante es vestirse con capas para evitar la pérdida de calor”, añadió.

15 o 20 minutos por debajo del punto de congelación puede desarrollar hipotermia.

Glatter también aconsejó usar “unas botas fuertes y aisladas con calcetines gruesos de lana para mantener los pies y los dedos de los pies calientes cuando la temperatura sea fría, sobre todo cuando liempie la nieve con pala”.

Se puede desarrollar una hipotermia en tan solo 15 o 20 minutos a temperaturas por debajo del punto de congelación si no se usan las capas adecuadas, si la ropa está húmeda o la piel está expuesta.

Beber alcohol también reduce la sensibilidad al frío y puede aumentar el riesgo de hipotermia, anotó Glatter.

Que hacer:

Si cree que alguien tiene hipotermia y siente señales

Manténgase caliente este invierno

Evite la hipotermia

Un experto ofrece consejos para evitar reducciones peligrosas de la temperatura corporal.

LAS SEÑALES DE HIPOTERMIA INCLUYEN:



Cuando tenga que salir al frío, use capas cálidas de ropa floja, junto con un gorro, una bufanda y guantes para prevenir la pérdida del calor corporal.

FOTO: THINKSTOCK

- habla lenta o confusa
- rigidez en los brazos o las piernas
- somnolencia
- poco control sobre los movimientos corporales
- confusión
- temblores
- reacciones lentas
- pulso débil

como tritar, estar confundido y el mareo son algunos de los síntomas de la afección, que puede conducir a la insuficiencia cardíaca y a la muerte, sobre todo en personas con alguna enfermedad cardíaca, diabetes e hipertensión, advirtió Glatter.

“Es fundamental llamar al 911 y llevar a la persona a un lugar interior si sospecha que está desarrollando hipotermia. Quitar la ropa mojada y cubrir a la persona con mantas tibias es esencial”, dijo.



Reduzca el riesgo de infarto mientras quita la nieve

Glatter también advirtió que la combinación del tiempo frío y quitar nieve con la pala puede aumentar de forma significativa el riesgo de ataque cardíaco, sobre todo en personas con afecciones crónicas de salud como hipertensión o diabetes, y los que tienen antecedentes de enfermedad cardíaca y accidente cerebrovascular.

“Es bastante importante hacer descansos frecuentes cuando se quita la nieve con pala, pero también mantenerse bien hidratado tanto antes como después de hacerlo. Si le duele el pecho, tiene dificultades para respirar, [o] un dolor en el brazo o la espalda mientras quita la nieve con la pala, pare y llame al 911”, aconsejó Glatter.

“Recomiendo usar una pala para nieve más pequeña, o pensar en usar un quitanieves que tiene que limpiar la nieve. Levantar la nieve pesada podría aumentar la presión arterial de forma marcada a medida que se alza la pala.

Es más seguro alzar unas cantidades más pequeñas con una mayor frecuencia, o si no puede alzarla, simplemente empuje la nieve”, sugirió.

Mantenga el calor corporal dentro de casa

Mantenga su casa suficientemente caliente al fijar el termostato en al menos 68 a 70 °F (20 a 21 °C). Las personas mayores pueden contraer hipotermia incluso en las viviendas ligeramente frías con temperaturas de 60 a 65 °F (15.5 a 18 °C), según el NIA.

Otras formas de mantenerse caliente en casa incluyen usar ropa interior larga debajo de la ropa, junto con calcetines y pantuflas. Mantenga sus piernas y hombros calientes con una manta o una manta de ganchillo. Use un gorro en casa para mantener la cabeza caliente.

La hipotermia y los adultos mayores

Las personas están en un mayor riesgo de un descenso peligroso de la temperatura corporal. Y eso puede conducir a un ataque cardíaco, a problemas renales, a daño hepático o incluso a la muerte, advierte el Instituto Nacional sobre el Envejecimiento (NIA) de EE. UU.

Los adultos mayores pueden contraer hipotermia tras una exposición relativamente breve al frío, o ante un descenso leve en la temperatura.

El Instituto Nacional sobre el Envejecimiento (NIA) de EE. UU. recomienda preguntar al médico o farmacéuta si algún medicamento recetado o sin receta que el paciente esté tomando aumenta el riesgo de hipotermia.



Las personas mayores y los niños pequeños son los que tienen un mayor riesgo de hipotermia. FOTO: THINKSTOCK

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

Disponible horarios en la noche y fines de semana

703-642-8306

San José Centro Dental
San Miguel

ATENCIÓN DENTAL EN EL PERU

A BAJOS PRECIOS
APROVECHA TU
VIAJE AL PERU
Y SACAR CITA EN EL MEJOR
CENTRO DENTAL



¡Atención esmerada para ti y tu familia!

📞 464-2153 / 452 2498

- Odontología estética y restauradora
- Cirugía maxilofacial
- Ortodoncia y Ortopedia maxilofacial
- Endodoncia
- Rehabilitación oral
- Periodoncia e implantes
- Odontopediatría
- Desorden temporal mandibular (ATM)

Av. Escardó 771 - San Miguel

DEBE TOMARLA SOLO BAJO LA RECOMENDACIÓN DE SU MÉDICO

La aspirina diaria no es para todos los adultos mayores

Por su acción de diluir la sangre, aumenta el riesgo de hemorragia.

HEALTHDAY NEWS

La aspirina diaria en dosis baja se recomienda a los supervivientes a un ataque cardíaco o a las per-

sonas con un mayor riesgo, pero hasta ahora los expertos han desaconsejado la práctica para los individuos mayores que tienen una buena salud.

Ahora, una nueva revisión de las evidencias sugiere que algunos adultos mayores y de

mediana edad sanos podrían obtener cierto beneficio al tomar aspirina a diario.

La aspirina en dosis baja reduce el riesgo de ataque cardíaco y de accidente cerebrovascular (ACV) incluso entre los que no tienen ningún



La aspirina en dosis baja reduce el riesgo de ataque cardíaco y de accidente cerebrovascular.

FOTO: THINKSTOCK

problema de salud cardíaca, informan unos investigadores británicos.

Pero el efecto protector “es bastante pequeño”, y conlleva un aumento en el riesgo de hemorragias graves, advirtió el investigador principal, el Dr. Sean Zheng.

“Para una combinación de ataque cardíaco, ACV y muerte cardiovascular, se necesita tratar a 265 personas durante cinco años para prevenir un evento”, dijo Zheng, miembro clínico académico de Hospital NHS Foundation Trust del Colegio del Rey, en Londres.

“Pero por cada 210 pacien-

tes tratados con aspirina, uno sufriría un episodio de hemorragia mayor”, indicó.

¿Cuál es la conclusión? Cualquiera que esté pensando en tomar aspirina para proteger su salud cardíaca debe hablarlo con el médico, planteó Donna Arnett, expresidenta de la Asociación Americana del Corazón (American Heart Association) y decana del Colegio de Salud Pública de la Universidad de Kentucky.

“Como la aspirina tiene este aspecto en cuanto al beneficio y el riesgo, no hay una respuesta sencilla sobre quién debería tomarla”, señaló Arnett.

“En cuanto al uso de la aspirina, es muy importante que cada paciente hable con su proveedor de atención de salud sobre si la aspirina lo beneficiaría o no”, indicó.

La aspirina diluye la sangre, y hace mucho que se reconoce como un medio de prevenir coágulos sanguíneos que podrían provocar un ataque cardíaco o ACV.

Pero al diluir la sangre, la aspirina también aumenta el riesgo de hemorragia. Esto podría contribuir a úlceras sangrantes en el sistema gastrointestinal, o incluso a un ACV hemorrágico en el cerebro.



Una mejor estrategia para dejar de fumar

Dejar de fumar es una de las cosas más difíciles, pero unos estudios han encontrado una estrategia en particular que podría ayudar a muchas personas: iniciar los medicamentos antitabaco bastante antes de la fecha en que tiene la intención de dejar de fumar. Según las directrices tradicionales de emisión de recetas, las personas que planifican dejar de fumar con la ayuda de un medicamento comienzan a tomar el fármaco antitabaco más o menos una semana antes de la fecha en que van a dejar de fumar. Entonces, ¿cuál es la solución? Una investigación realizada en la Universidad de Buffalo, en Nueva York, mostró que simplemente iniciar los medicamentos cuatro semanas antes puede aumentar la tasa de éxito.

AQUI LO TENEMOS TODO

Cada *viernes* el
mejor periódico hispano
le trae *más...*

Washington
Washington
Maryland
Virginia **Hispanic**

GRANDES AVANCES DAN OPCIONES A PERSONAS

Los científicos se acercan a la generación de las células perdidas en la diabetes

Más de 30 millones de personas tienen diabetes tipo 2 en los Estados Unidos.

HEALTHDAY NEWS

Las personas con diabetes con frecuencia no tienen suficientes células productoras de insulina para controlar el azúcar en la sangre, pero una combinación de dos fármacos novedosos podría convencer al cuerpo para que produzca más de esas células vitales, encuentra un estudio inicial.

Juntos, los fármacos hicieron que las células beta se reprodujeran a una tasa de entre un 5 y un 8 por ciento al día, según los investigadores.

Solo se ha realizado trabajo de laboratorio y en roedores, y queda un obstáculo importante antes de que este tratamiento se puede probar en humanos: los investigadores deben desarrollar un sistema de administración dirigida.

“Estamos en una etapa en que tenemos ojivas nucleares pero no misiles guiados. No podemos simplemente administrar el tratamiento, porque no queremos que afecte a otras células”, explicó el autor del estudio, el Dr. Andrew Stewart, director del Instituto de la Diabetes, la Obesidad y el Metabolismo de Mount Sinai, en la ciudad de Nueva York.

Stewart dijo que los investigadores están trabajando ahora en formas de administrar el medicamento solo a las células beta, y que tiene la esperanza de que lograrán avances en esa área.

“Aunque quizá no le parezca rápido a los diabéticos, la tasa de progreso en la regeneración de las células beta ha sido increíblemente



La diabetes tipo 2 se asocia con la obesidad y un estilo de vida sedentario. FOTO: THINKSTOCK

rápida, en cuanto a la ciencia. Hace más o menos diez años, no había fármacos que pudieran regenerar las células beta. Ahora, tenemos esos medicamentos”, dijo.

Las células beta se encuentran en el páncreas y producen la hormona insulina. Esa hormona lleva el azúcar de los alimentos a las células del cuerpo, para que la usen como

energía.

Las personas con diabetes tipo 2 son resistentes a los efectos de la insulina, y quizá no produzcan la suficiente insulina.

Según la Asociación Americana de la Diabetes (American Diabetes Association, ADA), más de 30 millones de personas tienen diabetes tipo 2 en los Estados Unidos.

La diabetes tipo 1 es una enfermedad autoinmune en la que el cuerpo destruye por error las células beta que producen insulina.

Las personas con diabetes tipo 1 producen poca o ninguna insulina, y deben reemplazar esa insulina perdida con inyecciones o una bomba de

insulina. Alrededor de 1.25 millones de estadounidenses sufren diabetes tipo 1, según la ADA.

La investigación actual amplía un trabajo anterior del grupo de Stewart.

Los investigadores encontraron que un fármaco llamado harmina podía fomentar la regeneración de las células beta en el laboratorio y en ratones.

Pero la harmina solo podía regenerar alrededor de un 2 por ciento de las células beta al día, lo que no es suficiente, según Stewart.

Los hallazgos aparecen en la edición de la revista Cell Metabolism

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



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.

LOS PADRES NO SE DAN CUENTA DE LA IDEAS EN SUS HIJOS

Identifique las señales de advertencia de suicidio

Línea Nacional de Prevención del Suicidio es <https://suicidepreventionlifeline.org>.

HEALTHDAY NEWS

Cuando sus hijos están teniendo ideas suicidas, con frecuencia los padres podrían no saberlo, muestra un estudio reciente.

El estudio incluyó a más de 5,000 niños y adolescentes de 11 a 17 años de edad, y a un padre de cada uno de los jóvenes. Los investigadores encontraron que entre esos jóvenes, un

8 por ciento dijeron que habían pensado en el suicidio en algún momento. Pero apenas la mitad de los padres eran conscientes de ese hecho.

La misma diferencia apareció cuando los investigadores observaron el mismo problema desde un ángulo distinto: alrededor de un 8 por ciento de los padres dijeron que su hijo había pensado alguna vez sobre el suicidio.

Casi la mitad de las veces,

el niño lo negó, según los hallazgos, publicados en la edición en línea del 14 de enero de la revista Pediatrics.

Todo esto apunta a “un desacuerdo bastante sustancial” entre los reportes de los padres y de sus hijos, señaló el líder del estudio, Jason Jones, científico investigador en el Hospital Pediátrico de Filadelfia.

En los casos en que los padres no eran conscientes de

los problemas de sus hijos, un motivo podría ser simplemente que las señales no eran obvias, según Jones.

“Con frecuencia, es difícil saber qué sucede en la mente de otra persona”, dijo.

Eso no quiere decir que no haya señales de advertencia del riesgo de suicidio, apuntó Jones.

Algunas de las señales de advertencia incluyen un retraimiento de los amigos, la



Si a los padres les preocupan los problemas de salud mental, hablar con el pediatra es un buen punto de inicio. FOTO: THINKSTOCK

familia y las actividades; dormir demasiado o demasiado poco; una conducta irritable o agresiva; y regalar las posesiones, según la American Foundation for Suicide Prevention.

Aun así, para los padres puede resultar difícil discer-

nir cuándo sus propios hijos están teniendo pensamientos suicidas, concurre una médica de emergencias de San Francisco.

E incluso cuando existen señales, la mente de los padres podría resistirse ante la posibilidad.



Escasez de medicinas contra la hipertensión

Una eminente escasez de medicinas para la presión arterial en el país, prevé la Administración de Drogas y Alimentos de EE.UU., después que el verano pasado se informó que los ingredientes utilizados por el fabricante chino Zhejiang Huahai Pharmaceuticals Co para producir los medicamentos valsartán, una clase ampliamente utilizada para tratar la hipertensión sería retirada del mercado, por ser un probable carcinógeno.

Otros fabricantes también tuvieron que retirar el Valsartán después de que se encontraron las impurezas en sus versiones del medicamento.

Actualmente está listado como “en escasez” por la FDA. Algunas versiones genéricas de otras ARBS, como losartan e irbesartan, también han sido retiradas del mercado.



Usted cuida de ella. Ayúdela a cuidar su visión.

La enfermedad diabética del ojo no da señales de aviso y puede causar ceguera. Si tiene algún familiar con diabetes, anímelo a que se haga un examen de los ojos con dilatación de las pupilas por lo menos una vez al año.



NATIONAL INSTITUTES OF HEALTH

www.nei.nih.gov/diabetes

1-877-569-8474