



## Conozca sobre la Pericarditis

>4-5



TRATAMIENTOS de fertilidad no aumentan  
el riesgo de cáncer de los hijos.

>6



LA FDA SERÁ MÁS Estricta en la  
supervisión de los complementos

>7



PUEDE PONERLO EN UN RIESGO DE ENFERMEDAD RENAL

# Hidrátese bien y sus riñones se lo agradecerán

La actividad física es uno de los factores más determinantes en la pérdida de agua.

## HEALTHDAY NEWS

**C**onsumir el tipo equivocado de bebida cuando hace ejercicio puede ponerlo en riesgo de enfermedad renal, advierte un nuevo estudio.

En específico, el peligro es consumir bebidas azucaradas y con cafeína durante el esfuerzo en un ambiente caliente, según investigadores de la Universidad de Buffalo, en Nueva York.

El pequeño estudio incluyó a 12 adultos sanos que realizaron sesiones largas de

ejercicio en un laboratorio, replicando un día con temperaturas de 95 °F (35 °C). En una sesión, los participantes del estudio consumieron una bebida rica en fructosa y con cafeína, y en la otra bebieron agua. Entre ambas sesiones pasaron al menos siete días.

Tras la sesión en que recibieron el refresco, los participantes tenían unos niveles más altos de creatinina en la

sangre y una “tasa de filtración glomerular” más baja: ambas cosas son marcadores de lesión en los riñones.

Esos cambios temporales no ocurrieron cuando los participantes bebieron agua durante el ejercicio, señalaron los investigadores en un comunicado de prensa de la Sociedad Americana de

Fisiología (American Physiological Society).

Los investigadores también encontraron que, durante y después del consumo del refresco, los participantes tenían unos niveles más altos en sangre de vasopresina, una hormona que sube la presión arterial. También tenían una deshidratación leve, anotaron el autor para la correspondencia del estudio Zachary Schlader, profesor asistente de ciencias del ejercicio y de la nutrición, y sus colaboradores.

“El consumo de refrescos durante y después del ejercicio en el calor no rehidrata”, reportaron los investigadores. “Consumir refrescos como bebida de rehidratación durante el ejercicio en el calor quizá no sea lo ideal”.

En las sesiones de ejercicio, los participantes pasaron 30 minutos en una cinta caminadora, y luego hicieron tres actividades de cinco minutos de pesas, destreza y con un mazo. Entonces, descansaron 15 minutos mientras bebían 16 onzas (47 centilitros)



**La ingesta de agua recomendada** en condiciones normales es de alrededor de 2 litros diarios.

FOTO: THINKSTOCK

de refresco o agua.

Tras el descanso, repitieron el ciclo tres veces más a lo largo de un total de cuatro horas. Antes de salir del laboratorio, los participantes recibieron más de su bebida asignada para beberla antes de beber otros líquidos.

Antes, inmediatamente después y 24 horas después de cada ensayo, los investi-

gadores midieron la temperatura corporal, la frecuencia cardíaca, la presión arterial, el peso y los marcadores de lesión renal de los participantes.

El estudio se publicó en una edición reciente de la revista American Journal of Physiology -- Regulatory, Integrative and Comparative Physiology.

## NO TIENE SEGURO MÉDICO NO PIERDA ESTA OPORTUNIDAD

NOVA Community Health Center está organizando servicios clínicos para la comunidad latina del área.

## FERIA DE SALUD

La cita es el  
**Sábado 23  
de febrero**

Atención de  
**1:00 PM a 2:00 PM.**

### 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
- Aceptamos una tarifa nominal de \$15 por cada examen para cubrir los gastos administrativos.

Lugar: **NOVA Community Health Center**  
Dirección: 10331 Democracy Ln, Fairfax, Virginia 22030

Más información visite

**<http://www.nchcenter.org/>**



### 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.



**[www.nei.nih.gov/diabetes](http://www.nei.nih.gov/diabetes)**  
1-877-569-8474



A PARTE DE SALVAR UNA VIDA

# Una mejor atención cardíaca ahorra miles de millones al año en EE. UU.

Entre 2005 y 2012, el gasto en atención de la salud entre las personas de a partir de 65 años de edad se redujo en un promedio de casi 3,000 dólares por persona.

## HEALTHDAY NEWS

Los esfuerzos por mantener la salud cardíaca de las personas mayores han ahorrado decenas de miles de millones de dólares en costos de atención de la salud en EE. UU. en los últimos años, señalan unos investigadores.

Entre 2005 y 2012, el gasto en atención de la salud entre las personas de a partir de 65 años de edad se redujo en un promedio de casi 3,000 dólares por persona por año, en contró el nuevo estudio. Esto equivale a un ahorro total de 120 mil millones de dólares, y alrededor de la mitad proviene de Medicare.

Y unos gastos más bajos en la enfermedad cardíaca con-

formaron hasta la mitad de la reducción, según el estudio, de la Universidad de Harvard.

"Hasta donde sepa, esta es la primera vez que alguien ha mostrado que algunas formas de atención médica pueden ahorrar dinero", afirmó el líder del estudio, David Cutler, profesor de economía aplicada.

"Esa afirmación está por todos lados, pero en términos de que la atención preventiva ahorre dinero... nunca antes hemos tenido ese ejemplo", dijo Cutler en un comunicado de prensa de la universidad.

Quizá parezca obvio que prevenir la enfermedad reduciría el gasto en atención de la salud, pero muchos economistas han creído lo contrario, anotó.

"Se creía que la preven-

ción no ahorra dinero, sino que solo salva vidas", explicó Cutler. "Por supuesto, es algo que deseamos hacer, pero el argumento era que no se debería esperar que la prevención ahorra dinero".

El razonamiento ha sido que los programas de prevención requieren a muchas personas para resultar efectivos. Esto hace que sean costosos, sin garantías de que funcionarán.

Como ejemplo, Cutler apuntó a los esfuerzos por dejar de fumar.

"Si deja de fumar y no sufre un ataque cardíaco, ahorra el dinero que habría gastado en tratar el ataque cardíaco", afirmó. "Pero el argumento ha sido que, como muy pocas personas logran dejar de fumar, hay que intervenir a mu-



La insuficiencia cardíaca es una enfermedad crónica que requiere control de por vida.

FOTO: THINKSTOCK

chas personas, de forma que la cantidad a tratar es alta. Y el segundo motivo es que quizá no se muera de un ataque cardíaco, pero se morirá de algo, y eso de cualquier forma será

caro... así que es lo mismo, en gran medida".

Pero este estudio muestra que incluso un gasto modesto en atención preventiva puede conducir a reducciones

significativas en los costos de atención de la salud, añadió Cutler.

Los hallazgos aparecen en la edición del 4 de febrero de la revista Health Affairs.

## 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**



*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 1 pm





## MAYO CLINIC

La pericarditis es la inflamación y la irritación del pericardio, la membrana delgada con forma de saco que rodea el corazón.

A menudo, la pericarditis causa dolor en el pecho y, a veces, otros síntomas. El dolor agudo en el pecho asociado a la pericarditis se produce cuando las capas irritadas del pericardio se frotan entre sí.

## Complicaciones

■ Pericarditis constrictiva. Aunque es poco frecuente, algunas personas que padecen pericarditis, en especial quienes sufren de inflamación a largo plazo y recurrencias crónicas, pueden presentar

# En el mes de la salud del Corazón Conozca sobre la Pericarditis

Muchos de los síntomas son similares a los de otras afecciones cardíacas y pulmonares. Cuanto antes le evalúen, más temprano recibirá el diagnóstico y tratamiento adecuado.

## SÍNTOMAS:

El síntoma principal de la pericarditis es el dolor torácico, es el más frecuente y casi siempre está presente. Puede sentirse en el cuello, el hombro, la espalda o el abdomen. Las características de ese dolor son: la persona lo describe como dolor de tipo agudo, punzante (a diferencia del dolor opresivo de otras enfermedades cardíacas), aumenta con la respiración profunda y al acostarse en posición horizontal, también puede aumentar con la tos y al tragar. A menudo se alivia al sentarse o inclinarse hacia adelante.

## Otros síntomas pueden incluir:

- Dificultad respiratoria al estar acostado
- Tos seca
- Fatiga
- Hinchazón de tobillos, pies y piernas
- Ansiedad

## Causas:

La causa de la pericarditis puede ser una infección o en ocasiones se desconoce o no se puede demostrar su origen. Cuando la pericarditis tiene origen infeccioso puede ser debida a:

- Infección viral como un resfriado o una neumonía.
- Infección por bacterias o por hongos, aunque son menos comunes
- Infección por VIH y SIDA
- Fiebre reumática
- Tuberculosis

También la pericarditis puede tener su origen en otras enfermedades como: cáncer o leucemia.

- Enfermedades autoinmunitarias

## ■ Hipotiroidismo

## ■ Insuficiencia renal

■ Enfermedades cardíacas: infarto, cirugía cardíaca, traumatismo en el tórax, el esófago o el corazón, inflamación del miocardio

En ocasiones puede originarse como efecto secundario de ciertos medicamentos, como procainamida, hidralazina, fenitoina, isoniazida, algunos fármacos empleados para tratar el cáncer o inhibir el sistema inmunitario, o terapias como la radioterapia del tórax.



La pericarditis comienza de forma repentina, cuando los síntomas continúan, se considera crónica. FOTOS: THINISTOCK

Los impulsos se registran como ondas que se muestran en un monitor o se imprimen en papel. Ciertos resultados del electrocardiograma pueden indicar pericarditis, mientras que otros pueden indicar un ataque cardíaco.

■ Radiografía de tórax. Con una imagen de rayos X del tórax su médico puede estudiar el tamaño y la forma del corazón y sus vasos sanguíneos. Las imágenes del corazón mostrarán un corazón dilatado si se acumula exceso de líquido en el pericardio.

■ Ecocardiograma. Esta prueba utiliza ondas sonoras de alta frecuencia para producir imágenes del corazón y de sus estructuras, incluso la acumulación de líquido en el pericardio. El médico puede ver y analizar esta imagen en un monitor.

■ Tomografía computarizada (TC). Esta técnica de rayos X puede producir imágenes más detalladas del corazón y del pericardio que las radiografías convencionales.

■ Resonancia magnética del corazón. En esta técnica se utiliza un campo magnético y ondas de radio para generar imágenes transversales del corazón que pueden revelar un engrosamiento, una inflamación u otros cambios en el pericardio.

## Tratamiento

El tratamiento para la pericarditis depende de la causa, así como de la gravedad. Los casos leves de pericarditis pueden mejorar por su cuenta sin tratamiento.

## Medicamentos

Por lo general, se recetan medicamentos para reducir la inflamación y la hinchazón aso-

ciadas con la pericarditis. Entre ellos, los siguientes:

■ Analgésicos. La mayoría de los dolores asociados con la pericarditis responden bien al tratamiento con analgésicos disponibles sin receta, como la aspirina o el ibuprofeno (Advil, Motrin IB u otros). Estos medicamentos también ayudan a disminuir la inflamación. También pueden utilizarse analgésicos de venta con receta médica.

■ Colchicina (Colcrys, Mitigare). Este medicamento, que reduce la inflamación en el cuerpo, puede recetarse para casos de pericarditis aguda o como tratamiento para los síntomas recurrentes.

■ Corticosteroides. Si no responde a los analgésicos ni a la colchicina o si tiene síntomas recurrentes de pericarditis, es posible que el médico se recete un medicamento esteroide, como la prednisona.



El médico leerá su historia clínica y hacer preguntas sobre su dolor en el pecho y otros síntomas

mo la prednisona.

Los episodios agudos de pericarditis generalmente duran unas pocas semanas, pero pueden presentarse otros con posterioridad.

Algunas personas con pericarditis experimentan una reaparición de la misma dentro de los pocos meses luego del primer episodio.

## Cuándo consultar al médico

Busca atención médica inmediata si tiene síntomas nuevos de dolor en el pecho.

**San José** Centro Dental  
San Miguel

## ATENCIÓN DENTAL EN EL PERU

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



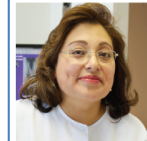
¡Atención esmerada para ti y tu familia!

📞 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

**Enriquez Dental**  
Family and Cosmetic Dentistry



Dra. Verónica Enriquez

- Aceptamos la mayoría de seguros dentales; incluyendo Medicaid
- Tratamiento con láser sin necesidad de anestesia
- Atendemos citas de emergencias

- Limpieza regular y limpieza profunda
- Frenos invisibles Invisalign
- Endodoncia (root canal)
- Coronas y Puentes
- Dentaduras Completas y parciales
- Blanqueamiento



• Horas de atención:  
Lun 8-7 pm • Mar 8-5 • Mier 12-7  
Juev 8-5 • Vier 8-5 • Sab 8-1

**¡Ahorre el 15% en su tratamiento dental!**  
Solo para pacientes sin seguro

**Limpieza \$59**  
(valor regular \$280)  
(Solo para pacientes nuevos, sin seguro)  
(Incluye examen diagnóstico, 4 radiografías y limpieza)



LOS PADRES DEBEN ESTAR TRANQUILOS

# Los tratamientos de fertilidad no aumentan el riesgo de cáncer de los hijos

Las terapias de TRA incluyen a la fertilización in vitro, la inyección de espermatozoides en el óvulo, o congelar los óvulos o el espermatozoides para su uso posterior.

## HEALTHDAY NEWS

**T**odos los futuros padres se preocupan, y los que se someten a tratamientos de fertilidad tienen preocupaciones adicionales sobre la salud de sus hijos.

Pero un estudio reciente encuentra una cosa menos sobre la que se tienen que es-

tesar: no parece que sus hijos tengan un riesgo más elevado de cáncer que otros niños.

“Estos resultados ofrecen evidencias tranquilizadoras de que los niños concebidos como resultado de los tratamientos de fertilidad no tienen un riesgo más elevado de cáncer, tras un seguimiento mediano de 21 años”, aseguró la autora del estudio, Flora

van Leeuwen, directora del departamento de epidemiología del Instituto Oncológico de los Países Bajos, en Amsterdam.

Ha habido evidencias conflictivas sobre si los niños concebidos a través de las técnicas de reproducción asistida (TRA) tienen un mayor riesgo de cáncer. Las terapias de TRA incluyen a la fertiliza-



**Las tratamientos de fertilidad** son opciones cuando hay un problema de infertilidad de alguno en la pareja.

FOTO:THINKSTOCK

ción in vitro, la inyección de espermatozoides en el óvulo, o congelar los óvulos o el espermatozoides para su uso posterior.

Este estudio es el primero en examinar el riesgo de cáncer a largo plazo de los niños concebidos mediante TRA en comparación con la población general, o con los concebidos de forma natural por mujeres con problemas de fertilidad.

El estudio incluyó a casi 48,000 niños de los Países Bajos a quienes se dio un seguimiento durante un promedio

de 21 años.

Durante el seguimiento, 231 de los niños desarrollaron un cáncer. Tras ajustar por varios factores, los investigadores concluyeron que los niños concebidos mediante TRA no tenían un mayor riesgo de cáncer.

“Este estudio, con un seguimiento mediano de 21 años, es particularmente importante porque incluye a un grupo de comparación de niños concebidos de forma natural que nacieron de mu-

eres que tenían una fertilidad baja”, señaló van Leeuwen. “Esas mujeres son distintas de la población general, y es posible que la dificultad en la concepción pudiera ser un factor que influya en el riesgo de cáncer de sus hijos”.

Pero no todos los tratamientos para la fertilidad conllevaron de cierto riesgo.

“El riesgo de cáncer aumentó en cierta medida, aunque no de manera estadísticamente significativa, en los niños concebidos tras una inyección intracitoplásmica de espermatozoides [IICE] o a partir de embriones que se habían congelado antes de descongelarse y usarse en un tratamiento para la fertilidad”, apuntó van Leeuwen en un comunicado de prensa de la revista.

“Son dos tipos de tratamientos de fertilidad que se usan con una mayor frecuencia hoy en día. También encontramos un ligero aumento, estadísticamente insignificante, en el riesgo de leucemia linfoblástica y melanoma. Como la cantidad de cánceres en esos grupos fue baja, estos hallazgos podrían deberse al azar y se deben interpretar con precaución”, dijo van Leeuwen.



## La osteoporosis también afecta a los hombres

En todo el mundo, 1 de cada 3 mujeres de más de 50 años se fracturará un hueso debido a sufrir osteoporosis, dice la Fundación Internacional de Osteoporosis. Sin embargo, no solamente son las mujeres, sino que 1 de cada 5 hombres de más de 50 años también tiene el mismo problema.

La osteoporosis consiste en la pérdida de la densidad ósea hasta el punto en el que pueden romperse los huesos. “La pérdida de la densidad ósea empieza realmente en grande hacia los 55 años”, comenta el Dr. Bart Clarke, endocrinólogo de Mayo Clinic. “Alrededor del 20 por ciento de los pacientes con osteoporosis en el país son hombres”, anota el Dr. Clarke.

Sin una densitometría ósea, la mayoría de las personas ni siquiera sabe que tiene osteoporosis, porque no suele haber síntomas hasta que se fractura un hueso.

## 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 ENCÍAS.

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: Examen y consulta.  
Chequeo del cancer bucal  
4 Rayos X (bitewing)  
Precio Regular \$200.  
Sólo pago en efectivo.  
No válido con seguro para terceros.

Abrimos hasta tarde  
los sábados y domingos.





UNA DE LAS MODERNIZACIONES MÁS SIGNIFICATIVAS EN 25 AÑOS

# La FDA será más estricta en la supervisión de los complementos

Las medidas de cumplimiento son solo una parte de los esfuerzos de la FDA por actualizar sus políticas.

## HEALTHDAY NEWS

La Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA) de EE. UU. busca fortalecer la regulación de los complementos dietéticos, por ejemplo las vitaminas, los minerales y las hierbas, anunció la agencia.

Los cambios serían “una de las modernizaciones más significativas en la regulación y la supervisión de los complementos dietéticos en más de 25 años”, aseguró el comisionado de la agencia, el Dr. Scott Gottlieb.

Tres de cada cuatro estadounidenses toman un complemento dietético con regularidad, entre ellos uno de cada tres niños. La tasa más alta (cuatro de cada cinco) la presentan los estadounidenses mayores.

“Lo que antes era una industria de 4 mil millones de dólares, conformada por unos 4,000 productos exclusivos, es ahora una industria que vale más de 40 mil millones de dólares, con más de 50,000 (y posiblemente hasta 80,000 o más) productos distintos disponibles para los consumidores”, señaló Gottlieb.

“A medida que la popularidad de los complementos ha aumentado, lo mismo ha sucedido con la cantidad de entidades que mercadean productos potencialmente peligrosos, o que hacen afirmaciones que no se han probado o que son engañosas sobre los beneficios que podrían ofrecer para la salud”, anotó.

El Consejo para una Nutrición Responsable (Council for Responsible Nutrition), una asociación comercial que representa a la industria de los complementos nutricionales,

no discrepó con la medida de la FDA.

El grupo dijo que respalda “el entusiasmo del Dr. Gottlieb por desterrar los elementos negativos que ponen a los consumidores en riesgo al adulterar los productos con ingredientes o medicamentos no aprobados”, comentó Steve Mister, presidente y director ejecutivo del consejo.

“Damos la bienvenida a las medidas de ejecución adicionales para llevar a la justicia a los que se aprovecharían cínicamente del efecto de la buena fama de una industria responsable para ganar dinero fácil al mismo tiempo que ignoran la seguridad y la salud de los consumidores”.

Las nuevas medidas incluyen “comunicar al público lo antes posible que hay una preocupación sobre un complemento dietético del mercado, garantizar que nuestro



**La mayoría de los adultos** toman uno más suplementos dietéticos todos los días u ocasionalmente.

FOTO: THINKSTOCK

marco regulador tenga la suficiente flexibilidad como para evaluar de forma adecuada la seguridad de los productos al mismo tiempo que fomenta la

innovación, seguir trabajando de cerca con nuestros socios en la industria, desarrollar nuevas estrategias de cumplimiento, y seguir implicando al

público en un diálogo para obtener una retroalimentación valiosa de todos los interesados en los complementos dietéticos”, comentó Gottlieb.



**VIRGINIA  
ADVANCED  
MEDICAL CENTER**

**Su nueva clínica hispana en  
FAIRFAX, VA**

Ahora podrá tener un médico de cabecera que  
**HABLA ESPAÑOL**

**Servicios:**

- Especialista en medicina interna
- Graduado de la Universidad de Buenos Aires.
- Investigador de la Universidad Georgetown.

• Medicina general • Alergias

• Análisis completos de sangre (diabetes, anemia, colesterol, tiroide, etc)

• Exámenes de embarazo

• Exámenes físicos • Cuidados de la mujer

• Vacunas • Prueba de la tuberculosis

• Cirugías menores

**PRECIOS ACCESIBLES**

**HORARIO:**  
LUN, MAR, JUE y VIERNES  
de 9:00 A.M. a 5:00 P.M.  
MIÉRCOLES  
de 1:00 P.M. hasta 8:00 P.M.

NO NECESITA CITA  
ACEPTAMOS A PERSONAS CON O SIN SEGURO

**Dr. Chin Oh Kim**

**3930 Pender Dr # 320 Fairfax, VA 22030**  
**TLF (703) 817-7770 • (703) 817-1011**

## 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**





**POR EL DOCTOR  
ELMER HUERTA**  
Director Preventorium del Cáncer  
Washington Hospital Center



**M**uchas personas creen que el cáncer es una enfermedad moderna y dicen “antes no había cáncer”, pero nada más lejos de la verdad, el cáncer ha existido desde siempre. El cáncer más antiguo, es el descrito por investigadores de la Universidad de Witwatersrand en Sudáfrica, quienes encontraron un tumor llamado osteosarcoma en el dedo gordo de un homínido que vivió hace 1.7 millones de años.

#### Papiro de Smith

Pero quizás la documentación científica más antigua sobre el cáncer es el Papiro de

Smith. En 1862, el egiptólogo norteamericano Edwin Smith compró un papiro en la ciudad de Luxor. Smith conservó el papiro sin poderlo traducir, y a su muerte en 1906, este fue donado por su hija a la Sociedad Histórica de Nueva York, quienes lo tradujeron recién en 1930. Al ver que el papiro era sobre asuntos médicos, fue donado en 1932 a la Academia de Medicina de Nueva York.

El Papiro de Smith es considerado el primer tratado médico de la antigüedad y contiene notas del médico egipcio Imhotep, quien describe de manera científica 48 enfermedades y lesiones, la mayor parte de ellas fracturas y heridas. En el papiro, Imhotep establece por primera vez

el concepto del pronóstico médico, es decir, de lo que va a pasar con el enfermo como consecuencia del tratamiento, clasificándolo en pronóstico favorable, incierto y desfavorable.

El caso 45 es interesante porque constituye la descripción más antigua del cáncer del seno, al que compara con una “fruta dura y fría” dentro de la mama. Al dar el pronóstico, dice que es desfavorable, porque el médico no tiene ningún tratamiento que ofrecer.

#### Antigua Grecia

Hipócrates, el gran médico griego que vivió entre 460 y 375 AC, fue quien dio el nombre de cáncer a la enfermedad, al compararla con un

## EL CÁNCER A TRAVÉS DE LOS TIEMPOS

cangrejo (karkinos en griego). Hipócrates describió el caso de una mujer con cáncer del seno, observando que la enfermedad es más frecuente en mujeres que han dejado de menstruar. Hipócrates notó también que el tumor del seno crece incontinentemente, es duro, frío al tacto y no contiene pus. Describe también, con mucha acuciosidad, que el tumor se extiende a otras partes del cuerpo y que a medida que el cáncer progresa, la mujer desarrolla un gusto amargo en su boca, rechaza alimentos, desarrolla dolores en el seno, espalda y cuello del mismo lado, se queja de mucha sed y muestra severa baja de peso.

Dice también que cuando la mujer llega a ese estado, ya no hay tratamiento posible y la muerte es inminente, advirtiendo Hipócrates que si el médico intenta dar un tratamiento cuando el cáncer está muy avanzado, lo único que logra es acortarle la vida a la mujer.

Como una prueba de que el cáncer de la mama era una enfermedad relativamente frecuente en la mujer, los tratados de famosos médicos de la antigüedad como Leonidas

(alrededor de 100 DC) y Galeno (129-200 DC) describieron muchos casos de cáncer del seno y desarrollaron tratamientos basados en el grado de avance del cáncer. Leonidas fue el primer médico que se dio cuenta que el cáncer del seno se extendía de una manera progresiva, de la mama a la axila, y de allí, al resto del cuerpo.

#### La historia de la reina Atossa

La reina Atossa de Persia vivió entre 550 y 475 AD y además de ser conocida por ser la esposa del Rey Darío, su fama como una de las mujeres más poderosas de la antigüedad fue reconocida por muchos historiadores. De acuerdo con el historiador Herodoto, Atossa desarrolló un “bulto” en uno de sus senos, el cual ocultó por algún tiempo. Solo cuando el dolor se hizo insoportable, ella llamó a Democedes, un famoso médico griego de la corte, quien aparentemente operó a Atossa y la curó, llegando posteriormente a tener hijos y vivir por muchos años. Por mucho tiempo, la historia de Atossa fue aceptada como el primer caso de cáncer de se-

no exitosamente tratado de la antigüedad.

#### El cáncer en las culturas americanas antiguas

Los únicos estudios documentados de la presencia del cáncer en las antiguas culturas americanas provienen de los estudios en cuerpos momificados de la cultura Inca. Los estudios arqueológicos de las culturas Mayas y Aztecas, no reconocen al cáncer como un problema que haya ocurrido en esas culturas. Obviamente, el cáncer debe haber ocurrido, pero esos hechos no han sido documentados.

#### Corolario

El cáncer es tan antiguo como el ser humano y la razón por la que en la actualidad se ven más casos que antes es porque nuestra expectativa de vida, más que se ha duplicado en los últimos 500 años. Durante la edad media, la expectativa de vida del ser humano era de 33 años y en el año 1900, era alrededor de 55 años. En la actualidad, es de 77 años para el hombre y casi 80 para la mujer. Eso es importante cuando sabemos que 77% de casos de cáncer ocurren después de los 55 años.



## ¿Cuál es la causa del hipo?

Imitar el hipo, incluso ese sonido de “hic”, parece bastante fácil; pero imitarse de los verdaderos, es difícil. “Se trata de una contracción involuntaria del diafragma que, seguida por el cierre de las cuerdas vocales, lleva a ese ruido característico”, explica el Dr. Mark V. Larson, gastroenterólogo de Mayo Clinic. El Dr. Larson anota que la mayoría de las cosas que producen hipo se relacionan con una distensión temporal del estómago. “Puede ser comer en exceso o hacerlo rápido”, dice.

Beber a grandes tragos, especialmente las gaseosas, también puede provocar hipo. Incluso emocionarse o asustarse repentinamente puede provocar esa contracción involuntaria y repetitiva del diafragma. Para detener el hipo, el Dr. Larson sugiere remedios simples, como contener la respiración, hacer gárgaras o tomar agua fría a sorbos. “Hay que hacer algo para interrumpir la actividad del diafragma”, añade el Dr. Larson.

**¿UD. SE SIENTE ASÍ O SABE QUIÉN LO ESTÁ..?**

**Emociones Anónimas**  
**B.V. Arlington**

3219 Columbia Pike Ste B1, Arlington VA  
Teléfono: 571-451-7672  
arlington@mbvna.org

**Sesiones:**  
**Lunes a Viernes**  
**6:00 a 10:00 p.m.**

**Sábados y Domingos**  
**11:00 a.m. a 3:00 p.m.**

**AYUDA GRATUITA**

[www.neutricosanonimosbv.org.mx](http://www.neutricosanonimosbv.org.mx)