



AUMENTA daño ocular grave por el mal uso de lentes de contacto. >2

GUIA

salud



Hipoglicemia

>4-5



POSICIONES no seguras siguen provocando asfixia en los bebés. >6



LA FALSA esperanza de los tratamientos con células madre. >8



Por dejarse los lentes mientras duerme Aumenta daño ocular grave por el mal uso de lentes de contacto

Los pacientes que presentan infección deben realizar visitas diarias a un oftalmólogo o usar gotas para los ojos cada hora para tratarla.

HEALTHDAY NEWS

El uso no seguro de lentes de contacto, como dormir con ellos o usar el mismo par durante demasiado tiempo, está provocando lesiones graves en los ojos de muchos estadounidenses, encuentra un nuevo informe.

De hecho, ocurrió un daño ocular en casi un 20 por ciento de las infecciones relacionadas con los lentes de contacto reportadas a la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA) de EE. UU. en un periodo de diez años, señalan los investigadores.

“El uso y el cuidado inadecuados de los lentes de contacto pueden provocar infec-



Usar soluciones viejas o incorrectas para guardar los lentes de contacto aumenta el riesgo de infección. FOTO: THINKSTOCK

ciones oculares que a veces conducen a un daño grave y a largo plazo”, advirtió en un comunicado de prensa de los Centros para el Control y la Prevención de las Enfermedades (CDC) de EE. UU. Michael Beach, director del Programa de Agua Saludable de la agencia.

Un especialista en los ojos cree que muchos estadounidenses no se toman la higiene de los lentes de contacto tan en serio como deberían.

“Hay una grave crisis de salud con las lesiones oculares relacionadas con los lentes

de contacto”, advirtió el Dr. Mark Fromer, oftalmólogo del Hospital Lenox Hill, en la ciudad de Nueva York. “Lamentablemente, muchos de los 41 millones de usuarios de lentes de contacto en Estados Unidos no piensan en los lentes de contacto como un dispositivo médico que se colocan en la superficie del ojo”.

Más de un 10 por ciento de los pacientes tuvieron que ir a la sala de emergencias de un hospital o a una clínica de atención urgente para recibir un tratamiento inmediato.

“Aunque las personas que

desarrollan infecciones oculares graves representan un porcentaje bajo de las que usan lentes de contacto, sirven como un recordatorio para que todos los usuarios de lentes de contacto tomen las sencillas medidas de prevención de las infecciones”, planteó la autora del estudio, la Dra. Jennifer Cope, epidemióloga médica de la Rama de Prevención de las Enfermedades Transmitidas por el Agua de los CDC.

El informe aparece en la edición de la revista de los CDC, Morbidity and Mortality Weekly Report.

Porque Usted es Valiosa y Merece Respeto... No Permita que la Maltraten!

85% de las víctimas de violencia doméstica son mujeres y niños testigos de violencia doméstica quienes desarrollarán una alta posibilidad de abusar de sus compañeras e hijos cuando crezcan.

Diga NO a la Violencia Doméstica!

Usted No Está Sola!
Mary's Center Puede Ayudarle:

- Consejería
- Referencias para Asesoría Legal
- Grupos de Apoyo
- y más...

Nuestros servicios son
GRATIS y CONFIDENCIALES.

No permita
que la violencia destruya
su vida y la de sus hijos.

Para hacer una cita con el departamento
de Servicios Sociales llame al: 202-420-7078

Patrocinado por el Departamento de Servicios Humanos de DC,
Administración de Servicios Familiares



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

GERMANTOWN

Se habla
español

Urology Center

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
OCIALIS
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. FARSAI 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



Evite el riesgo

Sobrepeso en las mujeres aumenta riesgo de cáncer

Se puede sufrir cuatro tipos de cáncer que aumentan por cada década de obesidad.

HEALTHDAY NEWS

Cuanto más tiempo tengas sobrepeso una mujer, mayor es su riesgo de sufrir varios cánceres.

El estudio, que dio seguimiento a casi 74,000 mujeres estadounidenses, halló que cuanto más tiempo tenía una mujer un exceso de peso, mayor era su riesgo de sufrir cáncer de mama, endometrial, de colon y de riñón.

“Hace mucho que sabemos que el exceso de peso es importante para el riesgo de cáncer”, dijo Susan Gapstur, vicepresidenta de epidemiología de la Sociedad Americana Contra El Cáncer (American Cancer Society).

La sociedad oncológica dice que el exceso de peso contribuye a hasta un 20 por ciento de todas las muertes de cáncer.

“Este estudio es interesante porque sugiere que la cantidad de años que se pasa con sobrepeso también es importante”, dijo Gapstur, que no participó en la investigación.

Y eso, dijo, debería proporcionar más incentivos para evitar el exceso de peso

en primer lugar.

Los nuevos hallazgos se basan en los datos de la Iniciativa de Salud de las Mujeres, un estudio de gran tamaño financiado por el gobierno que dio seguimiento a mujeres estadounidenses de 50 a 79 años de edad. Al inicio, los investigadores midieron el peso y la estatura actual de las mujeres y les pidieron que recordaran qué peso tenían a los 18, los 35 y los 50 años.

A lo largo de los siguientes doce años, un poco más de 6,300 mujeres desarrollaron una forma de cáncer que se ha vinculado con la obesidad, como el cáncer de mama, de ovario, endometrial, de co-

lon, de riñón, de hígado o de páncreas.

Cuando los investigadores miraron más de cerca, cuatro cánceres estaban claramente conectados con la duración del exceso de peso de una mujer: el de mama, endometrial, de colon y de riñón. Pero los hallazgos no demuestran que el exceso de peso provoque estos cánceres.

Según el experto, es difícil aislar los efectos de la obesidad, por sí mismos, dado que a menudo van de la mano con hábitos del estilo de vida y afecciones médicas que también se han vinculado con el cáncer.

Entre éstos están el hábito de fumar, la falta de ejercicio,



Tener un peso corporal saludable siempre es beneficioso, no solamente para prevenir el cáncer, sino en la prevención de otras enfermedades. FOTO: THINKSTOCK

una mala dieta y la diabetes tipo 2, dijo.

La cuestión de fondo, dijo,

es sencilla: “Intente mantener un peso saludable a lo largo de toda la adultez”.

El estudio aparece de la revista PLOS Medicine, publicada en línea.

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

ESULTOR 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**

Descuentos Especiales en tratamientos de liposucción, botox, relleno, venas y rejuvenecimiento vaginal

ANNANDALE Ob Gyn
Cuidado a la Mujer... en todas las etapas de su vida

- ✓ Obstetricia
- ✓ Ginecología
- ✓ Infertilidad
- ✓ Ultrasonido 4D
- ✓ Incontinencia Urinaria
- ✓ Sangrado Irregular
- ✓ Papanicolau, Colposcopia
- ✓ Infecciones Urinarias

CIRUJÍA EN LA MISMA OFICINA:

- Histeroscopia
- Laparoscopia Avanzada
- Crioterapia
- Ligación de Trompas
- LEEP Conización por Asa Diérmica
- Reconexión de Tubos (Después de ligamento)
- Densidad de los Huesos

Dr. Anna Khanh Le, M.D. FACOG

Se aceptan la Mayoría de Seguros
 Descuento Especial para pacientes sin Seguro
 Los Pacientes sin Cita son Bienvenidos
 SE HABLA ESPAÑOL

4208 Evergreen Lane, Suite 213 Annandale, VA. 22003
703-642-7522

Pediatras de Springfield

Dr. Arshia Qadir
Dr. Heidi Sampang
Dr. Jacqueline Hoang

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



Si tiene diabetes y toma medicamentos Mantenga a nivel la Hipoglicemia

Enséñeles a sus familiares y amigos cercanos a administrarle la inyección en caso de emergencia y también dígalos que si usted no recupera la conciencia rápido, llamen a pedir socorro de emergencia

Causas

La insulina es una hormona producida por el páncreas y es necesaria para movilizar la glucosa hasta las células donde se usa para obtener energía. Sin la suficiente insulina, la glucosa se acumula en la sangre en lugar de ir a las células. Esto lleva a que se presenten síntomas de diabetes.

La hipoglucemia ocurre debido a cualquiera de los siguientes factores:

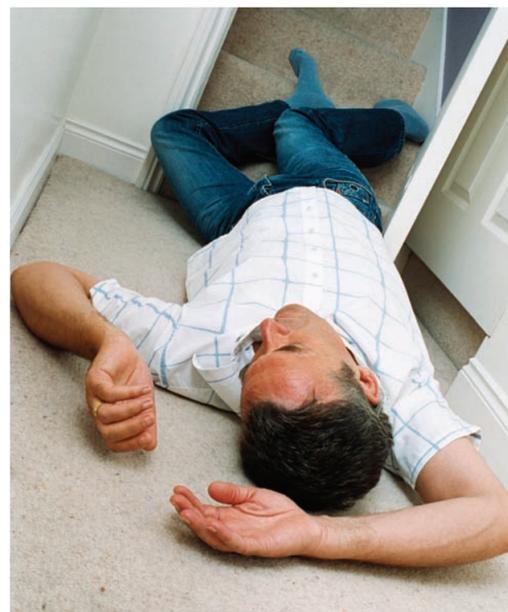
- El azúcar (glucosa) del cuerpo se agota con demasiada rapidez.
- La glucosa es liberada en el torrente sanguíneo con demasiada lentitud.
- Se libera demasiada insulina en el torrente sanguíneo.
- La hipoglucemia es co-



mún en personas con diabetes que están tomando insulina u otros medicamentos para controlar esta enfermedad. Los bebés que nacen de madres con diabetes pueden tener caídas drásticas del nivel de azúcar en la sangre.

En personas que no tienen diabetes, la hipoglucemia puede ser causada por:

- Consumo de alcohol.
- Insulinoma, un raro tumor del páncreas, que produce demasiada insulina.
- Falta o deficiencia de una hormona, como cortisol, hormona de crecimiento, o hormona tiroidea.
- Insuficiencia cardíaca, renal o hepática grave.
- Infección que afecta todo el cuerpo.
- Algunos tipos de cirugía para bajar de peso.



Síntomas

Los síntomas que usted puede tener cuando el azúcar en la sangre baja demasiado abarcan:

- Visión doble o borrosa
- Latidos cardíacos rápidos o fuertes
- Sentirse irritable o actuar agresivo
- Sentirse nervioso
- Dolor de cabeza
- Apetito
- Estremecimiento o temblores

- Dificultad para dormir
- Sudoración
- Hormigueo o entumecimiento de la piel
- Cansancio o debilidad
- Sueño intranquilo
- Pensamiento confuso
- Algunas veces, el azúcar en la sangre puede estar demasiado bajo aunque usted no tenga síntomas. Si esto le pasa, usted puede:
 - Desmayarse
 - Tener una convulsión
 - Entrar en coma

Pruebas y exámenes:

El monitoreo de la glucemia en el hogar, con una muestra a partir de un punción del dedo, mostrará lecturas inferiores a 70 mg/dL en el glucómetro. Un examen con una muestra de sangre tomada de las venas mostrará un nivel de glucemia bajo.

Tratamiento:

El tratamiento depende de la causa. Las personas con diabetes necesitarán aprender cómo tratar y prevenir los bajos niveles de azúcar en la sangre. Si la hipoglucemia es causada por un insulinooma (tumor que secreta insulina), el mejor tratamiento es practicar una cirugía para extirpar el tumor.

Posibles complicaciones:

La hipoglucemia grave es una emergencia médica que puede ocasionar crisis epilépticas y daño cerebral permanente. La hipoglucemia grave en la cual uno queda inconsciente también se denomina shock insulínico.

Cuándo contactar a un profesional médico:

Si los signos iniciales de hipoglucemia no mejoran después de comer un bocadillo que contenga azúcar:

- Consiga quien lo lleve a la sala de urgencias. No conduzca usted mismo.
- Llame al número local de emergencias (como el 911 en los Estados Unidos).

Consiga ayuda médica inmediata para una persona diabética o con hipoglucemia que:

- Pierde la lucidez mental.
- No se puede despertar.



Medidas extras:

Si reconoce los síntomas

como los de la hipoglucemia o si la medida está por debajo de 70 miligramos por decilitro (mg/dl), tome 15 gramos de carbohidratos de fácil digestión, sea en forma de pocos caramelos duros, 4 onzas de un refresco azucarado, 4 onzas de jugo de fruta, 4 o 5 paquetes de azúcar,

o 4 tabletas de glucosa destinadas especialmente a tratar la hipoglucemia. Si después de 15 minutos usted continuara presentando síntomas, repita el tratamiento. Si los síntomas no pasaran, llame al médico o pida socorro de emergencia.

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

Dr. Richard W. Pei, MD, PhD, FACOG
Dr. Anna Le, FACOG
Dr. Divya Sridharan
Obstetricia, Ginecología e Infertilidad

Cuidado Prenatal y Partos
Papanicolaou y Examen Físico

Planificación Familiar
Enfermedades Venéreas
Infecciones Vaginales

Cirugía Ginecológica

- Incontinencia urinaria y fecal
- Reparación de la relajación vaginal y libioplasty
- Reparación de ligadura de trompas para lograr un embarazo

Sonogramas
Dolor pélvico
Sangrado Irregular

“Precio Económico” para pacientes sin seguro

Fairfax Hospital Location
3301 Woodburn Road, Suite 102
Annandale, VA 22003
Woodburn: (703) 698 9668

Annandale Location
4208 Evergreen Ln., Suite 213
Annandale, VA 22003
Evergreen: (703) 642 7522

Herndon Location
106 Elden St., Suite 13
Herndon, VA 20170
Herndon: (703) 436 2433

www.starcareobgyn.com

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

Dra. Verónica Enriquez

Enriquez Dental

Family and Cosmetic Dentistry

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

“Hablamos español”
703-378-4004
 14102 Sullyfield Circle, #500
 Chantilly, VA 20151

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

Horas de atención:
 Lun 8:30am - 7:00pm, Mart., Juev., Vier. 8:30am - 5:00pm,
 Mierc., 1:00pm - 7:00pm, Sab., 8:00am - 12:00pm

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

Limpieza \$79
 (valor regular \$243)
 (Sólo para pacientes nuevos, sin seguro)
 (Incluye examen diagnóstico, 4 radiografías y limpieza)



Los padres solo quieren que su bebé esté cómodo, muchos los ponen en posiciones peligrosas. FOTO: THINKSTOCK

Por posiciones no seguras para dormirlos Bebes con riesgo de asfixia

Aproximadamente 3,500 bebés de EE. UU. fallecen del síndrome de muerte súbita del lactante cada año.

HEALTHDAY NEWS

A pesar de que se han realizado advertencias durante décadas con la campaña "Back to Sleep" (A dormir boca arriba), muchos padres siguen poniendo a los bebés a dormir de maneras que aumentan el riesgo de síndrome de muerte súbita del lactante (SMSL), según un nuevo estudio.

Cada año, en Estados Unidos, cerca de 3,500 bebés mueren de forma súbita, sin una razón clara, según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) de EE. UU. La mayoría de esas muertes se etiquetan como

SMSL, un fenómeno que los investigadores todavía no comprenden completamente.

Una cosa que está clara es que el ambiente en el que duerme el bebé es clave. Desde los años 90, los médicos y los expertos en salud pública han animado a los padres a que pongan a sus bebés boca arriba al dormir, a sacar la ropa de cama blanda fuera de la cuna, y a tomar otras medidas "para dormir con seguridad".

"Lo que hemos descubierto es preocupante", dijo el investigador principal, el Dr. Ian Paul, profesor de pediatría en la Facultad de Medicina de la Universidad Estatal de Pensilvania, en Hershey, Pensilvania.

A diferencia de estudios anteriores que habían dependido de encuestas a los padres, este usó cámaras de video para registrar lo que los padres realmente hacían en casa. (Se grabaron los videos con el conocimiento de los padres).

Resultó que casi todos los padres ponían a los bebés a dormir con cosas en la cuna que pueden aumentar las probabilidades de SMSL, incluyendo almohadas, ropa de cama suelta y "protectores acolchados".

Paul dijo que podría haber varias explicaciones.

"Una podría ser la falta de conocimiento de los padres", dijo. "Otra podría ser que los padres piensen que esto [el SMSL] no les va a pasar a ellos".

Dr. Oscar Aldo Luna, DDS

Culmore Pediatric Dentistry and Orthodontics



Nueva Oficina

Servicios:

- Pediatría dental
- Ortodoncia (frenillos)
- Oxido nitroso (gas de la risa)
- Sedación moderada consciente
- Anestesia General para niños con Medicaid

6066 Leesburg Pike Suite 101, Falls Church, VA 22041

Phone (703) 938-1415 Fax (703) 255-0295

www.culmorepd.com

Dr. Oscar Aldo Luna, DDS

Bright Smile Pediatric Dentistry and Orthodontics



Servicios:

- Pediatría dental
- Ortodoncia (frenillos)
- Oxido nitroso (gas de la risa)
- Sedación moderada consciente
- Anestesia General para niños con Medicaid

410 Pine St. SE Suite #100 Vienna, VA 22180

Phone (703) 938-1415 Fax (703) 255-0295

www.brightsmiles-children.com

TOTAL DENTAL CARE

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



Abrimos hasta tarde los sábados y domingos.

CORONAS, PUENTES, DENTADURAS, EXTRACCIONES, ROOT CANAL, IMPLANTES, COSMETICA DENTAL, TRATAMIENTO DE ENCIAS.

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

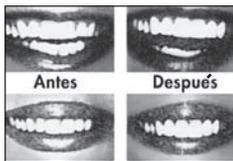
Incluye: Exámen y consulta. Chequeo del cancer bucal 4 Rayos X (bitewing) Precio Regular \$200. Sólo pago en efectivo. No válido con seguro para terceros.



Consultorio Dental de Nguyen, Tran, D.M.D.

OFRECEMOS:

- Limpieza y rellenos
- Tratamiento cosmético (Bondings o revestimiento)
- Puentes y coronas
- Terapia de canales
- Tratamiento para la encías
- Extracciones
- El Dr. Nguyen coloca implantes e implantes en coronas



BENEFICIOS:

- Consulta GRATIS
- Atendemos niños a partir de los 4 años de edad
- 18 años de experiencia
- Precios razonables
- Planes de Pagos Disponibles

7297-D Lee Highway (Esq. con Graham Road)

(703) 536 9886

Falls Church, VA 22042



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





Dr. Kenneth Woo

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

Su Rutina Nocturna de Cuidado Oral

Hay alrededor de 25,000 especies diferentes de bacterias en la boca humana promedio, y al menos 1,000 de ellas están involucradas en la formación de placa y la caries dental.

Es importante eliminar las bacterias y las partículas de alimentos de las que se alimentan justo antes de acostarse, ya que las condiciones nocturnas en la boca contribuyen al crecimiento bacteriano. Cuando dormimos, nuestro metabolismo se ralentiza. Nuestros cuerpos producen menos saliva, lo que significa que tenemos menos enzimas y lubricantes para controlar las bacterias. Nuestras bocas se secan, y tragamos con menos frecuencia, dando a las bacterias más tiempo para crecer. La mayoría de nosotros suele dormir durante seis a ocho horas, lo que da un montón de tiempo a las bacterias para multiplicarse.

El Dr. Woo & Asociados hace hincapié en la importancia del uso del hilo dental y cepillarse justo antes de irse a acostar por la noche. Utilice un cepillo de dientes con cerdas suaves y pasta dental con fluoruro, y cepille durante al menos dos minutos. Cubrir todas las superficies de los dientes, y no se olvide cepillar la lengua, que actúa como un caldo de cultivo para las bacterias.

El hilo dental llega a lugares que su cepillo no puede, y ayuda con la eliminación de pequeños trozos de comida atrapados en entre los dientes y las encías, así como la película de bacterias que pueden endurecerse y formar placas. Puede usar el hilo dental antes o después del cepillado. Sin embargo, si se usa el hilo dental antes de cepillarse, el fluoruro de la pasta de dientes tiene una mejor posibilidad de llegar entre los dientes.

Si lo desea, puede terminar con un enjuague bucal terapéutico diseñado para ayudar a reducir placa, la gingivitis, caries y el mal aliento. Elija uno que está aprobado por la Asociación Americana Dental (en caso de duda, compruebe el sello de la ADA, o simplemente preguntenos!). Asegúrese de cepillarse vigorosamente dentro de la boca durante el tiempo recomendado, por lo general de 20 a 30 segundos.

Consejos para la Limpieza con Hilo Dental

El hilo dental es crítico para la limpieza de la placa y las partículas de alimentos de entre los dientes y por debajo de la línea de las encías. Es capaz de llegar a las



grietas que el cepillo de dientes simplemente no puede.

El uso de hilo dental probablemente no es su tarea diaria preferida, pero con estos consejos, puede ser más eficaz.

Tome una pieza de 18 pulgadas de hilo dental y envuélvalo alrededor de uno de sus dedos del medio. Sostener firmemente entre el pulgar y el índice, dejando aproximadamente una pulgada entre ellos.

Coloque el hilo dental entre los dientes de sierra haciendo un suave movimiento. Mueva el hilo lentamente hasta la línea de las encías y la curva alrededor de uno de los dientes.

Luego, raspar arriba y hacia abajo en los lados del diente para eliminar restos de alimentos y placa. Recuerde limpiar la parte posterior de los dientes posteriores. El hilo dental saldrá desgastado y sucio, basta con cambiar a una sección limpia del hilo y reanudar el hilo dental. Cuando haya terminado, enjuague su boca con agua para eliminar cualquier restante partículas de alimentos.

Si usted tiene un puente, la artritis en sus manos u otros problemas de destreza, hay herramientas para ayudarlo con el uso de hilo dental. Pidanos recomendaciones durante su próxima visita.

Los tres pasos principales en la lucha contra enfermedades de las encías son el cepillado, el uso de hilo dental y visitar periódicamente al dentista. Cepillarse al menos dos veces al día y usar hilo dental al menos una vez al día.

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

GAITHERSBURG:
17 First Field Rd Gaithersburg,
MD 20878 (240) 683-3833

KENSINGTON:
3704 Perry Ave Kensington,
MD 20895 (301) 933-1833

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 DOCTOR
ELMER HUERTA**

 Director Preventorium del Cáncer
Washington Hospital Center


LA FALSA ESPERANZA DE LOS TRATAMIENTOS CON CÉLULAS MADRE

Se define como célula madre a la primitiva célula que tiene el potencial de poder convertirse en cualquier tipo de tejido. Para entenderla mejor, hay que ir al momento de la fecundación, en la que el espermatozoide combina su material genético con la del óvulo y forma el huevo o primera célula, la cual empieza a dividirse en múltiplos de dos: 2, 4, 8, 16, 32, 64, 128, 256, etc. Esas células iniciales son las llamadas células madre, por que de ellas se van a originar (por un proceso llamado diferenciación) todos los tejidos del cuerpo de un adulto. Además de embriones, las células madre se encuentran también en la sangre del cordón umbilical, en el tejido graso o adiposo, en la médula ósea e incluso en la sangre.

Dada esa potencialidad, la ciencia estudia la posibilidad de usar células madre en la pre-

vencción y el tratamiento de diversas enfermedades causadas por pérdida o degeneración de tejidos. Si bien es cierto que las investigaciones son numerosas, los estudios no han demostrado fehacientemente que el tratamiento con células madres sea efectivo para las enfermedades mas comunes.

El asunto es que en los últimos años han ido apareciendo en todo el mundo centenares de clínicas que ofrecen tratamientos con células madre sin comprobación científica. De hecho, la Administración de Medicinas y Alimentos de los Estados Unidos (FDA), en un documento revisado el 22 de junio del 2015, lista un solo producto de células madre aprobado, el Hemacord, obtenido de sangre del cordón umbilical y sirve para tratar ciertas dolencias hematológicas.

El uso de tratamientos no comprobados con células madre causa preocupaciones de

orden ético y profundas dudas acerca de su efectividad y seguridad. En una anterior columna de esta serie, publicada en abril del 2010, reportábamos que el tratamiento con células madre era “tierra de nadie” por la diversidad de las enfermedades que se trataban y por la falta de regulación de la industria. En un artículo publicado en el New England Journal of Medicine en setiembre del 2015, bajo el título ‘Clínicas de células madre sin licencia en EE.UU.: La medicina del viejo oeste’, el autor denunciaba la existencia de decenas de centros que ofrecían tratamientos no científicamente comprobados y pedía una mayor regulación por las autoridades pertinentes.

La última revisión del tema se publicó el 30 de junio pasado en la revista Cell Stem Cell, y en un artículo titulado ‘Vendiendo células madre en EE.UU.: Evaluación de la

industria de ofrecimientos al consumidor’, se hace por primera vez un inventario de la industria del tratamiento con células madre en los EE.UU. Los resultados son sumamente interesantes.

En primer lugar, se revela que los norteamericanos ya no necesitan hacer ‘turismo médico’ y viajar a México, China, India o al Caribe para hacerse tratamientos con células madre, los investigadores han encontrado 351 compañías que administran 570 clínicas que ofrecen esos tratamientos en EE.UU..

Origen de las células madre

Los tratamientos mas ofrecidos son los de células madre autólogas, es decir aquellas células madres que se obtienen de tejidos de la propia persona. En este grupo, 61% de células madre fueron obtenidas del tejido graso (sófisticadamente llamado fracción

vascular estromal), 48% de la médula ósea y 4% de la sangre. Muchos de esos centros, ofrecen “tratamientos combinados”, obteniendo células madre de varios orígenes.

Por su parte muchos centros ofrecen células madres alógenicas, es decir, obtenidas de otros seres humanos. Las mas populares en este grupo fueron 17% del líquido amniótico (fluido que baña al feto en el útero materno) 3.4% de la placenta (muchos centros no dicen de donde sacan las placentas), y 0.6% del cordón umbilical. Por increíble que le parezca, el 3% de los centros no especificaban de donde obtenían las células madre que inyectaban a sus pacientes y otras las obtenían de las vacas.

Indicaciones

De lejos, el principal uso no comprobado que le dan esas clínicas a los tratamientos con células madre es para afecio-

nes de las articulaciones. Miles de ancianos con artrosis (desgaste natural de las coyunturas por la edad o por el trauma) desfilan por esas clínicas con la falsa promesa de que les van a regenerar los cartílagos.

Corolario

Hasta el momento, son contadas las indicaciones de tratamiento con células madre científicamente comprobadas, siendo una de ellas el tratamiento de infartos cardiacos para regenerar el músculo afectado.

El próximo mes de setiembre, la FDA organizará dos conferencias públicas para ver este asunto, y se espera un rumbo mas claro en el uso de esta prometedor, pero aun no regulada industria. Mientras tanto, si a usted amable lector le ofrecen tratamientos con células madre, creo que tiene derecho a dudar de su efectividad y cuidar su billetera.

LA BELLEZA NO DEBE SER PRIVILEGIO DE UNOS...

DR. PAUL S. THESIGER M.D. P.C.
experiencia - garantía

thesiger
Plastic Surgery

CENTRO DE CIRUGÍA
Plástica & Estética

Consulta por
nuestro Plan de
Financiamiento
sin intereses

- LIPOSUCCIÓN CON LASER
- AUMENTO DE GLUTEOS. IMPLANTES E INYECCIONES DE GRASA
- RINOPLASTÍA Y RECONSTRUCCIÓN
- ABDOMINOPLASTÍA (TUMMY TUCK)
- LEVANTAMIENTO E IMPLANTE DE MAMAS
- REJUVENECIMIENTO FACIAL NO QUIRÚRGICO - LIFTING
- TRATAMIENTO PARA ESTRIAS Y CELULITIS
- CONTORNO CORPORAL (CARBOXITERAPIA)

WWW.THESIGERPLASTICSURGERYMD.COM

Consultas
en Español:

(301) 951-8122

5530 Wisconsin Ave Suite 1235
Chevy Chase MD 20815