



GUIA

# salud

Septiembre:

# Mes del cáncer de ovario



>4-5



Las tasas de  
TDAH AUMENTAN.

>7



LAS OLAS DE CALOR son un  
peligro para la salud.

>8

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



## EL RELLENO DENTAL

El relleno dental o restauración dental es una técnica dental que utiliza materiales especiales para rellenar los dientes y para restaurar un diente dañado de nuevo a su función normal, en su forma e integridad. La pérdida estructural y funcional de un diente puede resultar de la infección dental o de trauma externo.

### I. ¿Cómo se sabe cuando se necesita un relleno dental?

Sólo su dentista puede determinar si uno o más de sus dientes están dañados y si se necesita un relleno dental. Durante una revisión dental, su dentista examinará la superficie de cada diente con un pequeño espejo. Cuando algo parece anormal, el dentista realizará una radiografía de la zona sospechosa para comprobar y evaluar la magnitud de los daños.

### II. Clasificación de la caries dental

Según Greene Vardiman Black (padre de la odontología moderna), la caries dental y la restauración se pueden clasificar en base a la ubicación y el tamaño de la siguiente manera:

■ Clase I: la caries que afecta a las fosas y fisuras de molares y premolares

■ Clase II: la caries afecta a las superficies proximales de premolares y molares

■ Clase III: la caries afecta a las superficies proximales de los dientes anteriores (incisivos centrales, incisivos laterales y caninos) que no implican los ángulos incisales

■ Clase IV: la caries afecta a ambas superficies proximales y ángulos incisales de los dientes anteriores

■ Clase V: la caries afecta a la encía 1/3 de la superficie vestibular o lingual de todos los dientes (excepto lesiones de fosas y fisuras)

■ Clase VI: la caries afectan al borde incisal de los molares, premolares y caninos.



### III. Tipos de relleno dental

Existen diferentes materiales que pueden ser utilizados para el relleno dental, como el oro, la amalgama de plata, porcelana (cerámica), plástico de color llamado relleno de resina compuesta, y ionómero de vidrio.

#### a) Reparto de los rellenos de oro:

##### ■ Ventajas:

- Durabilidad: puede durar por lo menos 10-15 años

- Fuerza: puede soportar la fuerza de la masticación

- Estética: varía para cada individuo, algunas personas prefieren el oro sobre la plata.

##### ■ Desventajas:

- Más caro que otros materiales (hasta 10 veces más costoso que el costo de obturación de la amalgama de plata).

#### b) Rellenos de amalgama de plata: consta de mercurio (50%), plata (22-23%), de estaño (14%), cobre (8%), y otros metales traza.

##### ■ Ventajas:

- Durabilidad: puede durar por lo menos 10-15 años

- Fuerza: puede soportar la fuerza de la masticación

- Estética: no tiene el color de un diente natural

##### ■ Desventajas:

- El daño de la estructura dental: Antes de la obturación

de la amalgama se puede colocar y tendrá el diente que ser limado o parcialmente eliminado para crear un espacio lo suficientemente grande para contener el relleno en su lugar.

- La decoloración: los empastes de amalgama pueden causar a las encías y lo que rodea a la estructura del diente un color grisáceo.

- Las grietas o fracturas del diente: Aunque los dientes son capaces de extenderse o contraerse como consecuencia de las temperaturas frías o calientes, el material de amalgama tiene más amplio grado de expansión y contracción en comparación con otros materiales de relleno, lo que conduce a un mayor riesgo de grietas y fracturas cuando la temperatura fluctúa.

- Reacciones alérgicas: hay aproximadamente 1% de la población que son alérgicos a la amalgama debido al mercurio presente en este relleno. Aunque el mercurio en las amalgamas no es un elemento activo, todavía suscita preocupación por la toxicidad del mercurio. Actualmente, la amalgama de mercurio está prohibida o restringida en Noruega, Suecia y Finlandia.

#### c) Los rellenos de resina compuesta del color del diente:

##### ■ Ventajas:

- Estética: Tiene el color y la sombra como un diente

natural (particularmente importante cuando se necesitan los empastes de los dientes delanteros).

- Fuerte adhesión al diente: los rellenos compuestos pueden adherirse firmemente a la estructura dental a través de reacciones químicas por cadena y proporcionar más apoyo para el diente.

- Puede ser utilizado para fijar lo agrietado, roto o desgastado de los dientes.

- Se necesita que la estructura del diente se remueva antes de que el relleno pueda ser colocado.

##### ■ Desventajas:

- Menos duradera en comparación con la amalgama (por lo general tiene una duración de 5 años solamente)

- No se puede soportar la fuerza de la masticación

- Se requiere más tiempo para que el procedimiento se ha completado.

- Más caros (hasta el doble del costo de la amalgama)

#### d) Rellenos de porcelana:

- Hecho de cerámica

- Más duradero que la resina compuesta, puede durar al menos 15 años.

- El costo es similar al de los empastes de oro.

- Chapa: es una capa fina

de cerámica que se pueden colocar sobre un diente para sustituir o cubrir la superficie del diente.

e) De cristal rellenos de ionómero:

- Hecho de acrílico y un tipo especial de material de vidrio que se adhieren directamente a la superficie del diente.

- Este material se utiliza a menudo para el llenado en el cuello del diente, por debajo de la línea de las encías, o en niños pequeños.

- Este material es una opción preferida para las zonas con una superficie lisa o de los dientes anteriores.

- Durabilidad: ionómero de vidrio es menos duradero que otros materiales, más propensas al desgaste y la fractura, y sólo tiene una duración de 5 años en la mayoría.

### IV. Pasos a seguir durante un relleno dental:

1. El área alrededor del diente para ser relleno - se adormece con el uso de anestesia local.

2. El dentista utilizará un instrumento especial para perforar y extraer el área cariada de ese diente.

3. El dentista examinará el diente dañado una vez más

para asegurarse de que toda la zona cariada se ha eliminado antes de que la cavidad se limpie y se esterilice.

4. Después de que el diente está libre de bacterias y residuos, se colocará un material de relleno.

5. A continuación, una luz especial se usa para endurecer el relleno aplicado recientemente.

6. Por último, después del relleno seguramente el dentista recortará cualquier exceso de material y pulirá el relleno final.

### VI. Recomendaciones:

■ La prevención es mejor que curar

■ La buena higiene oral es crucial

■ Enjuagar la boca inmediatamente después de comer

■ Use el cepillo y el hilo dental todos los días

■ Tener un chequeo dental rutinario

■ Tener una rutina de limpieza de los dientes por un dentista

Espero que la información anterior le ayudará a tener un conocimiento más profundo acerca de relleno dental, así como de la salud dental en general.



**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!*

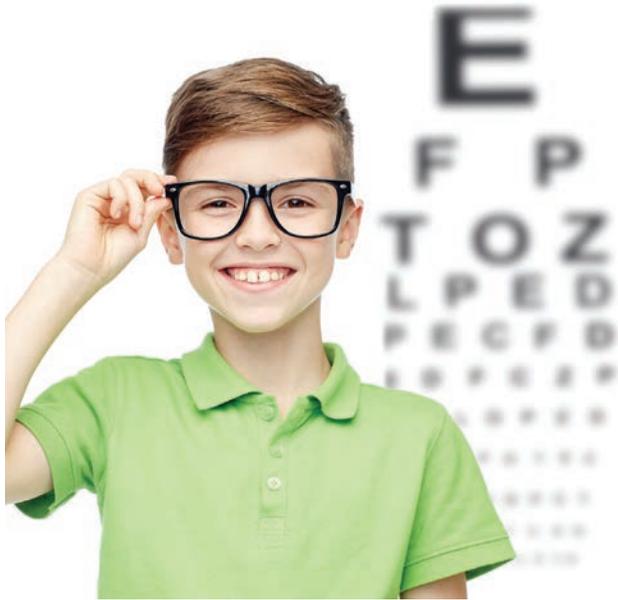
**Trabajamos con una gran variedad de seguros!**

**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





**Los exámenes de la vista** son buenos para detectar las afecciones oculares y visuales que quizá ameriten evaluaciones posteriores. FOTO: THINKSTOCK

#### HEALTHDAY NEWS

Cuando se trata de revisar la vista de sus hijos, cuanto antes mejor, aseguran unos expertos oculares.

“Un profesional de la salud debe revisar la vista de los bebés poco después de su nacimiento, y esto debe incluir una evaluación del ‘reflejo rojo’ de los ojos”, dijo Marcela Frazier, profesora asociada en el departamento de oftalmología y ciencias visuales de la Universidad de Alabama en

Birmingham (UAB).

La prueba del reflejo rojo examina las anomalías en la parte posterior del ojo.

“Si se sospecha que hay un problema en el ojo, se debe programar un examen ocular completo que incluya el uso de gotas para los ojos a fin de dilatar las pupilas. Los niños con retrasos en el desarrollo también deben recibir un examen ocular exhaustivo, aunque el examen de la vista sea normal”, aconsejó Frazier en un comunicado de prensa de la universidad.

Katherine Weise es profesora

## CHEQUÉELOS A TIEMPO

# Los exámenes oculares tempranos para los niños son una buena medida

### Detecte las afecciones oculares y visuales que quizá ameriten evaluaciones posteriores.

sora en la Facultad de Optometría de la UAB. “Los exámenes de la vista son buenos para detectar las afecciones oculares y visuales que quizá ameriten evaluaciones posteriores”, planteó.

## 175,000 niños

### en edad preescolar tienen problemas que no se han tratado.

“Un examen de los ojos con dilatación permite una observación más completa de la salud del ojo. También permite al médico de los ojos determinar las mejores gafas recetadas para el niño, si son necesarias”, explicó Weise.

Dijo que “las gotas dificultan que el niño vea de cerca

durante un rato, y crean sensibilidad a la luz. Pero los oftalmólogos que utilizan gotas dilatadoras para examinar los ojos de los niños obtienen una información más precisa”.

Hay varias señales de que un niño podría estar experimentando problemas de la vista.

“Entrecerrar los ojos indica una necesidad potencial de gafas, y cubrirse un ojo al leer indica una dificultad potencial para hacer que los ojos trabajen juntos de forma eficiente”, dijo Weise.

Además, “las quejas de

vista cansada, la borrosidad o ver doble de forma intermitente, los dolores de cabeza frecuentes durante la semana escolar, o saltarse líneas y palabras al leer” podrían sugerir un problema con la coordinación ocular y con el seguimiento adecuado al leer, dijo. Los padres también deben tomar medidas para prevenir las lesiones oculares en los niños.

“Las lesiones oculares relacionadas con el deporte son muy comunes, y por tanto recomendamos gafas protectoras para el deporte”, apuntó

Frazier.

“Las lesiones por los rifles de aire comprimido y los fuegos artificiales también son muy prominentes y devastadoras. Algunos juguetes pueden tener bordes afilados que pueden provocar lesiones, así que la supervisión de los padres es esencial”, enfatizó.

Frazier también advirtió que algunos productos de limpieza del hogar pueden provocar “daños graves cuando entran en contacto con el ojo; se deben guardar fuera del alcance de los niños”.

## 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



**¡¡¡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: cáncer, agrandamiento de la próstata, cirugía con laser para problemas de la próstata.
- Tratamientos para la impotencia sexual masculina sin cirugía.

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**



**VIAGRA Ocialis GRATIS**  
\*Con consulta

CITAS EL MISMO DIA DISPONIBLES LLAMANDO PRIMERO.



HEALTHDAY NEWS/ REDACCIÓN WASHINGTON HISPANIC

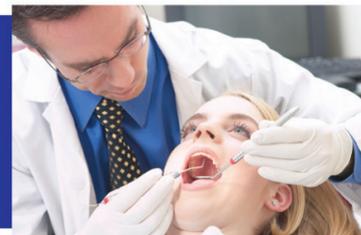
Cuando Mercedes Mundaca fue diagnosticada con cáncer en los ovarios en etapa 4 a la edad de 43 años, su doctora calculó que le quedarían unos cuatro meses de vida. Esto fue hace seis años.

“Quiero que todos los que estén pasando por la experiencia del cáncer sepan que sí hay esperanza”, señala Mundaca. “Sin importar qué tan mal podría parecer la situación, hay que mantenerse fuertes en la fe y seguir adelante, pues los milagros sí existen”.



**ATENCION DENTAL EN EL PERU**

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



¡Atención esmerada para tí 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

# Conozca los síntomas antes de que sea demasiado tarde

## Septiembre: Mes del cáncer de ovario

Es el noveno cáncer más común, y ocupa el quinto lugar en causa de muerte por cáncer entre las mujeres.

Las mujeres deben conocer los síntomas del cáncer de ovario e ir al médico si los tienen, señala una experta en obstetricia y ginecología.

El cáncer de ovario es la quinta causa principal de mortalidad en las mujeres estadounidenses, y acaba con más vidas que cualquier otro cáncer del sistema reproductivo femenino, según la Sociedad Americana Contra El Cáncer (American Cancer Society).

Unas 22,240 mujeres de Estados Unidos serán diagnosticadas con la enfermedad en 2018, y más de 14,000 fallecerán de la misma, según el Instituto Nacional del Cáncer de EE. UU.

### Síntomas:

“Cualquier mujer que experimente una inflamación sin explicación, malestar estomacal, una urgencia de orinar o dolor abdominal durante unas semanas debe ir al médico y si su médico no se toma esos síntomas en serio, debería ir a otro médico”, aseguró la Dra. Stephanie Blank, directora de oncología ginecológica en el Sistema de Salud Mount Sinai, en la ciudad de Nueva York.

Otros síntomas incluyen dolor pélvico, fatiga, un cambio en el peso sin explicación, y un sangrado anómalo o cualquier sangrado tras la menopausia.

“Con demasiada frecuencia, se envía a las mujeres al médico equivocado, o [les] dicen que se trata simplemente de que están envejeciendo o

se origina después de la menopausia. La mitad de todos los cánceres de ovario se encuentran en mujeres de 63 años o más.

Se origina después de la menopausia. La mitad de todos los cánceres de ovario se encuentran en mujeres de 63 años o más.

Se origina después de la menopausia. La mitad de todos los cánceres de ovario se encuentran en mujeres de 63 años o más.

Se origina después de la menopausia. La mitad de todos los cánceres de ovario se encuentran en mujeres de 63 años o más.

### Factores que aumentan su riesgo:

#### Envejecimiento

El riesgo de padecer cáncer de ovario aumenta con la edad. El cáncer de ovario es poco común en las mujeres menores de 40 años, y la mayoría de los cánceres ováricos

se origina después de la menopausia. La mitad de todos los cánceres de ovario se encuentran en mujeres de 63 años o más.

#### Sobrepeso u obesidad

La obesidad ha sido relacionada con un mayor riesgo de padecer muchos cánceres. La información actual disponible sobre la obesidad y el riesgo de padecer cáncer de ovario no está clara. Las mujeres obesas (aquellas con un índice de masa corporal de al menos 30) pueden presentar un mayor riesgo de padecer cáncer de ovario, pero no necesariamente los tipos más agresivos, tales como cánceres serosos de alto grado. La obesidad también puede afectar la supervivencia general de una mujer con cáncer de ovario.

Tener hijos más tarde o nunca tener un embarazo a término. Las mujeres que tienen su primer embarazo a término (completo) después de los 35 años o que nunca tuvieron un embarazo a término tienen un mayor riesgo de cáncer de ovario.

#### Uso de tratamientos de fertilidad

El tratamiento para la fertilidad con fertilización in vitro (IVF) parece aumentar el riesgo del tipo de tumor ovárico conocido como “tumores limítrofes” o “tumores de escasa malignidad”.

#### Terapia hormonal después de la menopausia

Las mujeres que usan estró-

22,240 mujeres serán diagnosticadas con la enfermedad en 2018.

## Dato

800-227-2345

Sociedad Americana Contra El Cáncer

genos después de la menopausia tienen un mayor riesgo de padecer cáncer de ovario. El riesgo parece ser mayor en mujeres que sólo reciben estrógeno por muchos años. Es menos claro que haya un riesgo aumentado para las mujeres que reciben tanto estrógeno como progesterona.

#### Antecedentes familiares de cáncer de ovario, de seno o cáncer colorrectal

El cáncer de ovario puede ser más común en algunas familias. El riesgo de cáncer de ovario aumenta si su madre, hermana o hija tiene, o tuvo, cáncer ovárico. El riesgo también aumenta más mientras más familiares tengan cáncer de ovario. Un mayor riesgo de cáncer de ovario también puede que provenga de la familia del padre.

#### Pruebas para diagnosticar el cáncer de ovario

Si usted presenta síntomas que pueden deberse a cáncer de ovario, debe consultar con su doctor, quien le examinará y podría ordenar algunas pruebas.

#### Examen médico

Su médico probablemente le hará un examen pélvico.



### Consulta con un especialista

Si los resultados de su examen pélvico u otras pruebas indican que usted tiene cáncer de ovario, necesitará consultar con un médico o cirujano que se especialice en tratar a las mujeres que padecen este tipo de cáncer. Un ginecólogo oncólogo es un obstetra/ginecólogo especialmente capacitado en tratar cánceres del sistema reproductor femenino. El tratamiento ofrecido por un oncólogo especializado en ginecología ayuda a asegurar que usted recibe la mejor clase de cirugía para su cáncer. Además, ha demostrado ayudar a las pacientes con cáncer de ovario a vivir por más tiempo. Cualquier mujer que sospeche tener cáncer de ovario debe consultar con este tipo de especialista antes de someterse a cirugía.

## 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



Su salud es nuestra prioridad!

Mary's Center trabaja con Prince George's County Health Connect para brindarle toda la educación, información y asistencia en la inscripción a planes de salud disponibles para usted. Obtenga las respuestas a sus preguntas de cubrimiento médico hoy!!

www.pghealthconnect.org | www.maryscenter.org

301-927-4500





PROVOCA DAÑOS GRAVES EN LA PIEL Y EN LOS ÓRGANOS INTERNOS

# La FDA advierte sobre los peligros del nitrógeno líquido en la comida y las bebidas

En este verano se hizo muy común en las ferias y en las playas, pero debe conocer sus riesgos.

## HEALTHDAY NEWS

Consumir o manejar alimentos o bebidas a los que se añade nitrógeno líquido justo antes del consumo conlleva un riesgo de graves lesiones, advirtió la

Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA) de EE. UU. Esos productos, que tienen nombres como “aliento de dragón”, “aliento del cielo” y “nube de nitro”, están disponibles en las zonas de restaurantes, quioscos, ferias estatales o locales, y otros

lugares donde se venden comida y bebidas.

Los ejemplos de esos productos incluyen cereales o bolitas de queso coloridos infundidos con nitrógeno líquido que emiten un vapor neblinoso o parecido al humo, y bebidas con y sin alco-



“Aliento de dragón”, un dulce con nitrógeno líquido que daña la salud de niños. FOTO: THINKSTOCK

hol preparadas con nitrógeno líquido que emiten una niebla.

El nitrógeno líquido no es tóxico, pero su temperatura extremadamente baja puede provocar daños graves en la piel y en los órganos internos si se maneja o consume mal, dijo la FDA en un comunicado de prensa. Inhalar el vapor liberado por el nitrógeno líquido en la comida o las bebidas también puede provocar problemas de respiración, sobre todo en las personas con asma, según la agencia.

“El principal problema es que el nitrógeno líquido debe evaporarse del todo de la comida o la bebida antes de

servirla”, explicó el Dr. Robert Glatter, médico de la sala de emergencias del Hospital Lenox Hill, en la ciudad de Nueva York.

“En forma líquida, puede provocar quemaduras en la boca, el esófago y las vías respiratorias superiores, conduciendo a una perforación o rotura de los órganos, lo que podría resultar letal”, apuntó Glatter. “También puede causar quemaduras en los dedos o las manos si se maneja en estado líquido”.

Y las personas con asma o enfermedades pulmonares que inhalan los vapores pueden experimentar una cons-

tricción de las vías respiratorias, provocando un ataque de asma o que la enfermedad pulmonar empeore, añadió.

“Además de esto, también puede conducir a una inflamación de los pulmones y a la aspiración, lo que puede reducir la capacidad para respirar, además de desencadenar infecciones como la neumonía”, dijo Glatter.

De hecho, la FDA dijo que recibió informes de lesiones graves y potencialmente letales provocadas por el nitrógeno líquido en la comida y en las bebidas, y también informes sobre problemas respiratorios.

“Se acercan las ferias estatales, y los padres y adolescentes deben comprender los riesgos potenciales de los alimentos como las palomitas de maíz con nitrógeno y los cereales con infusión de nitrógeno, que prometen ser muy emocionantes pero que podrían acabar con un viaje al departamento de emergencias”, anotó Glatter.

Las personas que han sufrido una lesión tras manejar o consumir alimentos o bebidas preparados con nitrógeno líquido deben consultar a un proveedor de atención de la salud, y también pensar en reportar su lesión a MedWatch, el programa de reportes de seguridad de la FDA, indicó la agencia.



## Vacúnese contra la gripe lo antes posible

Todos los niños de a partir de 6 años de edad deben recibir la vacuna contra la gripe, enfatiza la Academia Americana de Pediatría (American Academy of Pediatrics, AAP).

Una vacuna contra la gripe reduce significativamente el riesgo de un niño de una enfermedad grave y de muerte relacionada con la gripe, según la declaración de política de la AAP, publicada en la edición en línea del 3 de septiembre de la revista Pediatrics. “El virus de la gripe es común... e impredecible. Puede provocar complicaciones graves incluso en niños sanos”, advirtió la Dra. Flor Muñoz, del Comité de Enfermedades Infecciosas de la AAP. “Inmunizarse reduce el riesgo de que un niño sea hospitalizado por la gripe”.

## TOTAL DENTAL CARE

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

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

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.

Abrimos hasta tarde  
los sábados y domingos.



ENTRE LOS NIÑOS DE EE. UU.

# Las tasas de TDAH aumentan marcadamente

Puede persistir hasta la adolescencia y la adultez de una persona.

## HEALTHDAY NEWS

La cantidad de diagnósticos de TDAH entre los niños ha aumentado de forma dramática en las dos últimas décadas, al pasar de un 6 a un 10 por ciento, muestra un informe reciente.

Pero todavía está por verse si todos esos diagnósticos representan un verdadero aumento en el TDAH (el trastorno de déficit de atención e hiperactividad) entre los niños, planteó el investigador sénior, el Dr. Wei Bao, profesor asistente de epidemiología en el Colegio de Salud Pública de la Universidad de Iowa.

“Es probable que estemos diagnosticando mejor el TDAH, dada la mayor concienciación de los médicos sobre el TDAH a través de los esfuerzos continuos de educación médica”, dijo Bao. “Esto podría contribuir a par-

te del aumento”.

La investigación ha descubierto varios factores que podrían aumentar el riesgo de TDAH de un niño, como por ejemplo nacer de forma prematura, el peso bajo al nacer, o que las mamás fumen o consuman drogas durante el embarazo, explicó.

Pero quizá los médicos hayan mejorado respecto a la detección de la afección en los niños que podrían haber tenido un TDAH y que se habrían pasado por alto años antes, añadió Bao.

Stephen Hinshaw, profesor de psicología en la Universidad de California, en Berkeley, dijo que también es posible que los médicos estén haciendo diagnósticos injustificados de TDAH.

“Unas prácticas diagnósticas inferiores, a la luz de unas crecientes presiones respecto al rendimiento, quizá estén fomentando tasas de aumento del diagnóstico que superen a la verdadera prevalencia de la



Los síntomas de falta de atención son probablemente los más difíciles de percibir en edades infantiles.

FOTO: THINKSTOCK

**76%**  
de los casos de  
TDAH la causa  
esta ligada a  
factores  
genéticos.

afección”, comentó Hinshaw, que no participó en el estudio. “Es una pena, porque el TDAH conlleva unas deficiencias sustanciales en áreas clave de las vidas de los niños”.

Para estudiar las tendencias en el TDAH, Bao y sus colaboradores revisaron 20 años de datos de la Encuesta nacional de entrevista de salud, que realizan anualmente

los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) de EE. UU. Los investigadores observaron las estadísticas de 1997 a 2017.

En ese periodo, los diagnósticos de TDAH aumentaron en chicos y chicas, encontraron los investigadores.

Más o menos un 14 por ciento de los chicos tenían un diagnóstico de TDAH en

2017, frente a un 9 por ciento en 1997.

Por otra parte, los diagnósticos en las chicas llegaron a un 6 por ciento, un aumento respecto a un 3 por ciento dos décadas atrás.

Todos los subgrupos según la edad, la raza, los ingresos familiares y la ubicación geográfica mostraron un aumento significativo entre 1997 y

2016, encontró el estudio.

Los niños de raza blanca y negra tenían el doble de probabilidades de ser diagnosticados con TDAH que los hispanos, con un 12 y un 13 por ciento frente a un 6 por ciento, respectivamente.

Los hallazgos se publicaron en la edición del 31 de agosto de la revista JAMA Open.

Las nuevas investigaciones sobre el TDAH han conducido a unos criterios diagnósticos más amplios para el trastorno, lo que naturalmente aumentaría las tasas de diagnóstico, dijo el psicólogo Ronald Brown, decano de la Facultad de Ciencias Aliadas de la Salud de la Universidad de Nevada, en Las Vegas.

Antes, el TDAH no se podía diagnosticar hasta que los niños alcanzaban la edad escolar, pero la investigación encontró que la afección continúa hasta la adolescencia y la adultez.

“En los adolescentes, se creía que los niños superaban el trastorno al crecer”, dijo Brown. “Ahora sabemos que el trastorno continúa, que es un trastorno para toda la vida”.



**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



**¿UD. SE SIENTE ASÍ O SABÉ 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.neutoricosanonimosbv.org.mx](http://www.neutoricosanonimosbv.org.mx)



(Guardería para Adultos)

6860 Commercial Drive, Springfield, VA 22151

lunes-viernes 8:00 a.m.-2:00 p.m.

Tel.: 703-506-3333 • Servicio de 24 horas 571-297-4747



Sillas de masaje, máquinas de ejercicio, comida de calidad gratis, Bingo, amistades, actividad de agilidad, karaoke...



Servicio de cuidado para personas mayores y personas con enfermedades

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



Después del alta del hospital, le mandamos un ayudante personal a su casa (cubierto por el Beneficio de Medicaid)

**Curso PCA**  
**VA: 08/27-08/31**  
**MD: 09/17/18-09/21/18**  
**Curso CPR**  
**09/29/18 (MD)**  
**11:00 a.m. -3:00 p.m.**

**Ayuda en la vida diaria:**

- Alimentación
- Necesidades del baño
- El aseo y lavado
- La selección y vestimenta adecuada
- La incontinencia
- La movilidad, para caminar (atención en la comunidad y servicios a domicilio)

**Si alguien en su familia necesita ayuda de salud?**

**VA:** 7620 Little River Turnpike, Suite 500 Annandale, VA 22003  
 lunes-viernes 9:30 a.m.- 5:30 p.m.  
 Tel.: 571-297-4747 (7 días-24 horas)

**MD:** 901 Russell Ave., #150 Gaithersburg, MD 20879  
 lunes-viernes 9:30 a.m. – 3:30 p.m.  
 Tel.: 301-966-7000

<http://www.carepeople.net>

CON ALTAS TEMPERATURAS QUE ROMPEN RÉCORD



Pulso acelerado, dolor de cabeza, mareo y las náuseas son señales iniciales de deshidratación que preceden a una enfermedad relacionada con el calor. FOTO: THINKSTOCK.

# Las olas de calor son un peligro para la salud

Beba bastante agua y use aire acondicionado o ventiladores, aconseja un médico.

**HEALTHDAY NEWS**

Las olas de calor no solo son incómodas, sino que pueden resultar letales.

Esto es particularmente así en las ciudades grandes. Y los adultos mayores, los niños y las personas con problemas crónicos de salud tienen un riesgo más alto de enfermedades y muertes relacionadas con el calor, según el Dr. Robert Glatter, médico de emergencias del Hospital Lenox Hill, en la ciudad de Nueva York.

“Los que tienen hipertensión, enfermedad cardíaca, diabetes, enfermedad renal, y los que sufren de enfermedad mental, podrían estar en riesgo de emergencias relacionadas con el calor, como

calambres por el calor, síncope (desmayo) por el calor, agotamiento por calor e insolación”, dijo en un comunicado de prensa del hospital.

“Varias clases de fármacos, como los bloqueadores beta y los diuréticos, pueden afectar a la sudoración y en última instancia perturbar la capacidad del cuerpo de enfriarse. Otros medicamentos, como los antihistamínicos, los antidepresivos y los sedantes, también podrían afectar la capacidad de sudar, conduciendo a enfermedades relacionadas con el calor”, dijo Glatter.

Pero los jóvenes sanos también deben tener cuidado cuando hay calor y humedad, añadió.

Para vencer al calor, beba agua cuando tenga sed, pero

no beba más de lo necesario. Si hace actividad física al aire libre en el calor durante más de una hora, consumir bebidas deportivas es buena idea, dijo Glatter.

Y esté atento a las señales de las enfermedades relacionadas con el calor, añadió.

“Un pulso acelerado, el dolor de cabeza, el mareo, las náuseas y la respiración superficial podrían ser señales iniciales de deshidratación que podrían preceder a una enfermedad relacionada con el calor”, apuntó Glatter.

En los días calurosos y húmedos, lo mejor es estar en un lugar con aire acondicionado. Si no tiene aire acondicionado en casa, use un ventilador y un rociador con agua fresca para evitar que su cuerpo se caliente demasiado, sugirió.