



Vacúñese contra el virus de la gripe

>3

Cigarrillos electrónicos en la mira de los CDC

AGENCIAS
NUEVA YORK

Funcionarios de salud de EE. UU. revelaron que su investigación sobre un brote de enfermedades graves relacionadas con el uso de cigarrillos electrónicos se centra cada vez más en productos que contienen el compuesto de marihuana THC.

Según los Centros de Estados Unidos para el Control y la Prevención de Enfermedades, la mayoría de las 800 personas se enfermaron de THC vaporizado, el ingrediente de la marihuana que generalmente causa un estado de trance.

Pero las autoridades dijeron que no saben si el THC es el problema o alguna otra sustancia agregada al líquido de los cigarrillos-e.

“El brote actualmente apunta a una mayor preocupación por los productos que contienen THC”, dijo la Dra. Anne Schuchat, de los CDC.

Hasta ahora, los investigadores no han identificado un cigarrillo electrónico, dispositivo de vapeo, líquido o ingrediente en particular detrás del brote.

Pero las autoridades dicen que los pacientes han mencionado el nombre Dank Vapes con mayor frecuencia. Muchas de las personas que se enfermaron en Illinois y Wisconsin dijeron que usaron cartuchos

de THC precargados vendidos en envases de Dank Vapes.

“Es un nombre de producto genérico que realmente no se relaciona con una tienda o un distribuidor”, dijo la Dra. Jennifer Layden, directora médica del Departamento de Salud Pública de Illinois.

Hasta que se identifique una causa, los CDC continúan aconsejando a los estadounidenses que consideren evitar todos los productos de vapeo, aunque la agencia agregó el viernes la frase “particularmente aquellos que contienen THC”.

Esta semana, los CDC informaron 805 casos confirmados y probables de enfermedad pulmonar. Trece personas han muerto solo los EE. UU.

Mejore su presión arterial

HEALTHDAY NEWS

La presión arterial alta, o hipertensión, es un factor de riesgo del accidente cerebrovascular, la enfermedad cardíaca y otras afecciones peligrosas, pero no presenta señales tempranas de advertencia. Por eso es importante revisar la presión arterial de forma regular.

Usted puede tomar medidas preventivas para mantenerla a raya, al hacer ejercicio regular y añadir alimentos que respaldan a una presión arterial sana a

su dieta.

Las dietas saludables, como la DASH, se enfocan en reducir la sal y aumentar los minerales como el calcio y el potasio a través de los alimentos.

Los vegetarianos y los veganos, en particular, tienden a tener una presión arterial significativamente más baja y unas probabilidades de hipertensión más bajas que los que no son vegetarianos, en parte por todas las verduras y frutas (y su fibra) adicionales que comen. Son alimentos saludables que todos pueden disfrutar.

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



GINGIVITIS ASOCIADO CON LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER EN ACIANOS



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

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

Según el Dr. Mark Ide, las personas con gingivitis

pueden tener un incremento en un porcentaje de seis veces mas de declinación cognitiva comparada con aquellos que no tienen gingivitis.

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

Como nosotros hemos tratado el tema de gingivitis en nuestra previa conversación, la gingivitis es una enfermedad dental común causado por la inflamación de la encía, cual es el tejido que rodea al diente. Si este es dejado sin tratamiento, la gingivitis puede llevar a una periodontitis, una condición en la cual el diente se pierde debido a que los te-

jididos conectados a la raíz del diente están dañados, llevando a una pérdida eventual del diente.

Síntomas:

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

Causas:

Una higiene oral pobre crea oportunidades para que la bacteria en la boca construya sarros en la superficie del diente. El sarro dental es una substancia pegajosa sobre u entre los dientes. Esto se hace cuando el almidón y azúcar en la comida interacciona con la bacteria normalmente encontrada en la boca. Con el tiempo el sarro puede formar tártaro o cálculos, el

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

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

ca. Este proceso es llamado respuesta inflamatoria, durante la cual varias clases de sustancias químicas, tal como las citoquinas, son liberadas al torrente sanguíneo. La secreción de citoquinas entonces incrementa las actividades del sistema inmune, llevando a mas secreciones de otros químicos que son dañinos para el tejido del cerebro y que eventualmente puede destruir neuronas. Este es un importante descubrimiento en el campo de la medicina debido, que hasta ahora, los científicos todavía no han llegado a identificar la actual causa de la enfermedad de Alzheimer así como su cura total por la también llamada enfermedad incurable. No obstante, todavía se necesitan mas estudios con el objeto de determinar si la gingivitis actualmente puede llevar a la enfermedad de Alzheimer. Entre tanto, si la higiene oral es practicada apropiadamente y frecuentemente, el porcentaje de declinación cognitiva en ancianos esperadamente

se reducirá ya que la infección dental es común pero una enfermedad curable a cualquier edad.

Cosas para recordar:

1. Use pasta dental que contenga flúor.
2. Use el celillo dental apropiadamente y con frecuencia.
3. Use enjuague bucal con tenga propiedades antimicrobiales tal como el Listerine, Peridex, etc.
4. Chequeos dentales rutinarios de limpieza dental para remover sarros y un tratamiento temprano de cualquier enfermedad de encía.
5. Use antibióticos para tratar gingivitis prescritas por su dentista si lo necesita.

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

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

GERMANTOWN

Urology Center

Se habla español

Los resultados medicos 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.

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.

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 ayudarlo 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



CON LA LLEGADA DEL OTOÑO

Vacúnese contra el virus de la gripe

HEALTHDAY NEWS

Aunque nadie sabe todavía qué tan fuerte será esta temporada de influenza, ahora es el momento de vacunarse, aseguran las autoridades de la salud.

Ya en esta temporada, un niño de 4 años de California que murió hace poco tuvo un resultado positivo de influenza, reportaron a principios de mes las autoridades de salud locales. El niño tenía afecciones de salud subyacentes, añadieron.

“La gripe es increíblemente impredecible”, advirtió Lynnette Brammer, líder del equipo de vigilancia de la influenza doméstica de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) de EE. UU.

El año pasado fue un ejemplo perfecto. “Vimos algo que nunca habíamos visto”, comentó. “Vimos dos olas de influenza”.

Ambas olas incluyeron a la cepa H3N2 de la influenza A, que es un tipo de gripe particularmente grave. La primera ola tuvo una buena concordancia con la vacuna, pero la segunda ola incluyó una H3N2 cambiada, para la cual la vacuna fue menos efectiva, apuntó Brammer.

La vacuna de este año se modificó para tomar en cuenta los cambios en el vi-



Solo una cosa es segura respecto a la temporada de influenza usted debe vacunarse contra la gripe. FOTO: CORTESÍA.

rus H3N2, y la cepa H1N1 de la influenza A también se ha actualizado, señaló.

En cuanto a las cepas B de la influenza, la vacuna de este año es como la del año pasado, porque esos virus no han cambiado. “Parece que estamos listos para esta temporada”, dijo Brammer.

“La vacuna es nuestra mejor herramienta contra la gripe, y ahora es el momento de comenzar a vacunarse”, aconsejó.

Las personas deben vacunarse cada año, no solo porque la vacuna cambia, sino porque la inmunidad se desvanece, explicó.

Los CDC recomiendan que todo el que tenga

a partir de 6 meses de edad reciba una vacuna contra la gripe.

Brammer dijo que algunas personas creen que la vacuna no es muy efectiva, así que no se la ponen. Aunque la vacuna no sea tan efectiva como le gustaría a los CDC, de cualquier forma protege a millones para que no contraigan la gripe.

Además, incluso si cae enfermo, la vacuna hace que la enfermedad sea menos fuerte. “La efectividad de la vacuna no siempre es la que desearíamos, pero la vacuna contra la gripe reduce el riesgo de hospitalización en un 40 por ciento, y en los niños sanos, puede reducir el riesgo de muerte

en un 65 por ciento”, anotó.

Para la temporada de influenza de este año, habrá entre 162 y 169 millones de dosis disponibles de la vacuna contra la gripe, dijo Brammer.

Hay un aerosol nasal disponible para los niños y adultos a quienes no les guste inyectarse.

Es particularmente importante que las personas que sufren de una afección crónica del corazón o los pulmones se vacunen, porque la gripe puede empeorar esas enfermedades.

Las mujeres embarazadas también deben vacunarse para protegerse ellas mismas y a sus bebés, recomiendan los CDC.

Si contrae la gripe, hay antivirales disponibles que funcionan contra los virus que están en circulación actualmente.

Lo importante es ver al médico desde que se enferme, porque esos medicamentos funcionan mejor cuanto antes los tome. “Los antivirales pueden ayudarlo a mejorar más rápido”, añadió Brammer.

La conclusión es: vacúnese ahora, porque no sabe qué traerá esta temporada de influenza, aconsejó.

¿AYUDAN LOS TRATAMIENTOS?



El acné en adultos puede ser un problema frustrante y angustiante. FOTO: CORTESÍA.

Acné en adultos

MAYO CLINIC
REDACCIÓN
WASHINGTON
HISPANIC

Es probable que las hormonas influyan en la aparición del acné en adultos, pero en general no son la causa principal del acné.

Es cierto que algunas personas con desequilibrios hormonales causados por enfermedades como el síndrome de ovario poliquístico experimentan más problemas de acné. Sin embargo, la mayoría de los adultos con acné no tienen un desequilibrio hormonal significativo.

Algunos de los llamados tratamientos naturales para el acné prometen regular los desequilibrios hormonales con el fin de reducir los brotes de acné. Sin embargo, las «hormonas naturales»

a menudo provienen de las plantas. Su estructura química es diferente de la de las hormonas producidas en el cuerpo, por lo que su eficacia puede ser limitada. Como se considera que el desequilibrio hormonal no cumple una función importante en la aparición del acné, la premisa que sustenta estos productos es débil, en el mejor de los casos.

El tratamiento exitoso del acné grave en adultos puede llevar meses o, incluso, años. Pero la buena noticia es que hay tratamientos eficaces disponibles. Si te preocupa el acné en adultos, consulta a un dermatólogo para conocer más sobre los tratamientos seguros y de eficacia comprobada. Además, consulta al médico antes de tomar cualquier suplemento dietético, especialmente si tienes alguna afección preexistente.

**V A VIRGINIA
M C 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



Tu Family Medical
and Vision Clinics

Healthcare for All!
¡Salud para Todos!

Tu Family Medical and Vision Clinic
2946 Sleepy Hollow Rd. Suite B – Basement
Falls Church, VA 22044
Phone (703)417-9678 • 79

**¡Cambia tu Vida con una Nueva Profesión
medica con alta demanda. ! ¡Inscríbese ahora!**

**CURSOS DE
ASISTENTE MÉDICO EN
VIRGINIA BILINGÜES**

Tu Family Medical and Vision Clinic
2946 Sleepy Hollow Rd. Suite B – Basement
Falls Church, VA 22044
Phone 703-417-9678 o 79

**Horarios: 9:00 AM - 12PM
2:00 PM- 5:00 P.M • 5:00 P.M.- 8:00 P.M.**

Estos cursos se dará en los días siguientes: Lunes, Martes,
Jueves y Viernes en los horarios que se muestran arriba.

**¡El asistente médico es una de las carreras de
más rápido crecimiento en la actualidad!**

¡Regístrate Hoy!

**Obtén \$250 de descuento
con el código: ADFRONT**

**Solo
\$4,900**
Hay facilidades de pago

El Programa prepara
a los candidatos
para el Examen
de Certificación de
Asistente Médico NHA
National Healthcare
Association

¡Visítenos! Permítanos responder a todas sus preguntas.

AUNQUE SE CONSIDERA UNO DE LOS FACTOR DE RIESGO

El peso no es determinante para la diabetes

HEALTHDAY NEWS

Uno de los mayores factores de riesgo de la diabetes tipo 2 es el exceso de peso. Pero no hay que tener sobrepeso para sufrir de la enfermedad, y una nueva investigación reveló que algunos grupos raciales y étnicos minoritarios parecen sufrir de diabetes con un peso más bajo.

“Los pacientes que pertenecen a uno de los grupos raciales o étnicos con una prevalencia alta podrían estar en riesgo de diabetes o prediabetes aunque no tengan sobrepeso ni sean obesos”, señaló la Dra. Assiamira Ferrara, autora sénior del nuevo estudio, y directora asociada de la División de Investigación



La diabetes puede aparecer con un peso más bajo en las minorías que en los blancos. FOTO: CORTESÍA.

de Kaiser Permanente en Oakland, California.

“Este estudio sugiere que, además de evaluar a los pacientes con sobrepeso y

obesos, es probable que se deba evaluar a las minorías aunque tengan un índice de masa corporal normal, en particular a medida que

envejecen”, planteó Ferrara. El índice de masa corporal (IMC) es una medida de la grasa corporal basada en la estatura y el peso. Cualquier medida por encima de 25 se considera sobrepeso, y por encima de 30 obesidad.

¿Por qué ciertos grupos son más propensos a desarrollar diabetes con un peso más bajo?

Ferrara dijo que los mo-

tivos todavía no están claros, pero que es probable que la composición corporal y la fisiología de un individuo tengan un rol.

“Por ejemplo, estudios anteriores han mostrado que los asiáticos tienen un porcentaje más alto de grasa visceral [la grasa que se acumula alrededor de los órganos abdominales] que los blancos en un índice de

masa corporal dado”, y la grasa visceral puede afectar la forma en que el cuerpo metaboliza al azúcar, explicó.

El estudio observacional no prueba una relación causal, solo una asociación. Pero los hallazgos sugieren la importancia de ver más allá de la obesidad a otras causas de la diabetes tipo 2, anotó Ferrara.

A PESAR DE LA LUCHA CONTRA LA OBESIDAD

Todavía se comen demasiados carbohidratos ‘malos’

HEALTHDAY NEWS

Décadas tras el inicio de la epidemia de obesidad, los estadounidenses siguen comiendo demasiados azúcares, almidones y grasas saturadas, afirma un informe reciente.

Desde 1999, los estadounidenses han reducido un poco los carbohidratos de “baja calidad”, como los granos altamente procesados y los refrigerios con azúcar añadido. Pero en total, eso equivale a una reducción de apenas un 3 por ciento, encontraron los investigadores.

Y los estadounidenses han avanzado poco respecto a mejorar su consumo de carbohidratos de “alta calidad”, como los frijoles, los granos integrales ricos en fibra, la fruta y las verduras, aparte de las papas.

Por otra parte, la ingesta total de grasa aumentó la misma cantidad, pero la mitad fue de grasa saturada, que proviene sobre todo de la carne y los productos lácteos enteros.

“Nuestro estudio muestra que los estadounidenses están comiendo muchos carbohidratos de baja calidad en la forma de granos refinados y azúcares añadidos, un 42 por ciento [de las calorías diarias]”, señaló Zhang.

“Son muchas calorías sin muchos nutrientes”, añadió. “Es razonable decir que se relaciona en parte con la comida preparada”.

“El acceso a los refrigerios, los postres, las bebidas azucaradas, la pizza, los sándwiches y otras comidas para llevar es mucho mayor, y se mercadea mucho más, que las frutas, verduras, alimentos con granos integrales, y frutos secos y semillas sin sal”, aseguró Van Horn.

Por ahora, apuntó a unos cambios sencillos que las personas pueden probar: “Tenga cuidado con la calidad de los carbohidratos. En lugar de papas fritas, elija un trozo de fruta. En lugar de pan blanco, elija pan de grano integral con frutos secos o semillas. Lea las etiquetas nutricionales a ver si hay azúcares añadidos, y elija productos con más fibra y menos azúcar”.



La Clínica Proyecto Salud ofrece servicios médicos a las Familias Latinas

Si vive en el condado de Montgomery y no tiene Seguro Médico su consulta puede costarle \$30.

También servimos pacientes con Medicaid y Medicare.

CLINICA
Proyecto Salud
CLINIC

Nuestra clínica principal está ubicada en el centro comercial de Westfield, en Wheaton

**11002 Viers Mill Road
Wheaton, Maryland 20902**

(en el edificio frente al parqueo de Costco y al lado del cine AMC).

Para más información visite nuestra página de internet

www.proyectosalud.org

Llame hoy para hacer una cita al

301-962-6173

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



SI NO SE TRATA, PUEDE DURAR MUCHOS MESES



Los cambios de humor y sentirse triste son síntomas de depresión postparto. FOTO: CORTESÍA.

La importancia de hacerse una prueba de depresión postparto

tristeza postparto son los cambios de humor, sentirse triste o abrumada, no poder concentrarse y problemas con el apetito y el sueño.

Las mujeres que tienen unos síntomas más graves y que persisten podrían estar experimentando una depresión postparto, que amerita tratamiento. No siempre es fácil identificarla en usted misma. Podría atribuir los sentimientos negativos a las demandas de la maternidad, por ejemplo dar de comer al bebé de noche, la falta de sueño y un

nivel bajo de energía. Algunas mujeres ignoran esos síntomas porque se sienten culpables por sentirse mal.

La prevalencia de esta forma de depresión es suficiente como para que en 2016 el Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de EE. UU. (USPSTF) sugiriera que toda madre reciente sea evaluada con un cuestionario simple para descubrir la depresión pronto.

La ciencia respalda a esta medida de bienestar, incluyendo a un estudio de los Países Bajos que encon-

tró que a las madres que les hacían pruebas de depresión en las visitas de rutina del bebé tenían una mejor salud mental a largo plazo. Una recomendación del USPSTF de febrero de 2019 añadió que se debe ofrecer consejería a las mujeres que se sabe que tienen un riesgo más alto de depresión postparto, para ayudar a prevenirla.

Algunas señales de la depresión postparto:

graves cambios en el estado de ánimo y ansiedad, no vincularse con el bebé,

retraerse de los seres queridos y las actividades favoritas, graves problemas con el apetito y el sueño y sentir desesperación, querer autolesionarse o hacer daño al bebé

Si experimenta una tristeza profunda y tiene dificultades para vincularse con su bebé, y su médico todavía no le ha preguntado sobre su estado emocional, háblele de sus sentimientos. Pregunte sobre la evaluación, y si es necesario, el tratamiento para la depresión postparto.

HEALTHDAY NEWS

No es raro que las madres recientes sientan un bajón emocional tras el na-

cimiento del bebé. Aunque los síntomas de la llamada "tristeza postparto" pueden ser muy variados, no duran más de dos semanas y desaparecen solos.

Algunas señales de la

¿Es seguro comprar anticonceptivos en línea?

HEALTHDAY NEWS

En los últimos años, un creciente número de compañías han ofrecido recetas de anticonceptivos a través de servicios basados en la red y aplicaciones de teléfonos inteligentes. Ahora, un estudio de "compradora secreta" sugiere que es una fuente segura y fiable para las mujeres.

Los llamados servicios de "teleanticoncepción" han surgido como alternativa a los viajes al médico o a la clínica local de planificación familiar. Permiten a las mujeres obtener recetas de pastillas anticonceptivas (o parches o anillos anticonceptivos) tras completar un cuestionario en línea, y a veces una llamada de se-



guimiento con un proveedor de atención de la salud.

La receta se puede recoger en una farmacia local, o la entregan por correo.

Muchas mujeres obtienen anticonceptivos en el médico, pero el problema del acceso a la anticoncepción se ha hecho más urgente a medida que las clínicas de planificación

familiar cierran a lo largo de Estados Unidos.

Los defensores plantean que estas compañías en línea llenan un vacío, haciendo que al menos algunos métodos anticonceptivos sean más accesibles, sobre todo para las mujeres que viven en los "desiertos de anticoncepción" que carecen de clínicas de salud

reproductiva. Y el Colegio Americano de Obstetras y Ginecólogos (American College of Obstetricians and Gynecologists) acaba de recomendar en una nueva declaración que todos los anticonceptivos hormonales, incluyendo a los anillos, las inyecciones y los parches, estén disponibles sin receta, para ayudar a satisfacer esa necesidad.

Por otra parte, la idea de la atención de la salud en línea incomoda a algunas personas, comentó el autor sénior del estudio, el Dr. Ateev Mehrotra.

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.



Abrimos hasta tarde los sábados y domingos.

ORTODONCIA:

FRENILLOS PARA NIÑOS Y ADULTOS
SERVICIO DE EMERGENCIAS
Aceptamos la mayoría de seguros y Medicaid. Financiamiento a 12 meses sin intereses con crédito aprobado.

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.

703-256-1183

**5017-B Backlick Rd.
Annandale, VA 22003**

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

- 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

"Hablamos español!"
703-378-4004
14102 Sullyfield Circle, #500
Chantilly, VA 20151



¡Ahorre el 15% en su tratamiento dental!

Solo para pacientes sin seguro

Limpieza \$79

(valor regular \$314)
(Sólo para **pacientes nuevos**, sin seguro)
(Incluye exámen diagnóstico, 4 radiografías y limpieza)