



LA GOTA, tipo de artritis causado por altos niveles de ácido úrico.

>2

GUIA

salud





MAL CONTROL de la presión arterial pone en riego a las personas mayores.



LA DEPRESIÓN fomenta la enfermedad cardiaca. >7

2 SALUD

CAUSADO POR ALTOS NIVELES DE ÁCIDO ÚRICO

La gota un tipo de artritis

Generalmente afecta a los hombres después de los 30 años y las mujeres después de los 60 años de edad.

ARTHRITIS FOUNDATION REDACCIÓN WH

> a gota es un tipo de artritis que provoca episodios repentinos y severos

de dolor, sensibilidad, enrojecimiento. calor e hinchazón de las articulaciones. Generalmente afecta a una articulación a la vez, sin embargo, la gota puede volverse crónica y afectar a varias articulaciones. La articulación que se afecta con mayor frecuencia es la articulación grande del dedo gordo delpie, aunque, comúnmente

también puede afectar el to-

billo y la rodilla. El dolor y la

hinchazón de la gota son oca-

sionados por: el incremento

del nivel de ácido úrico en

la sangre y la formación de

cristales de ácido úrico en las

articulaciones.

millones se ve afectada en el país. Estos cristales de ácido hacia la orina. En las personas

úrico provocan una hinchazón o inflamación dolorosa de la articulación. El ácido úrico es una sustancia que normalmente se forma cuando el cuerpo descompone productos de desecho llamados purinas. El ácido úrico habitualmente se disuelve en la sangre y atraviesa los riñones

congota, el nivel de ácido úrico en la sangre se eleva.

La gota habitualmente se presenta en tres etapas:

1. dolor repentino e hinchazón de las articulaciones que generalmente desaparece después de 5 a 10 días.

2. luego sobreviene un pe-

ríodo sin síntomas de ningún tipo, seguido por nuevos ataques súbitos de gota.

3. pasados algunos años. si no se efectúa ningún tratamiento, puede aparecer una hinchazón persistente, rigidez v un dolor de leve a moderado en una o más articulaciones, mismas que podrían presentar incapacidad permanente debido a su destrucción Además, los cristales de ácido úrico pueden acumularse en depósitos grandes debajo de la piel denominados tofos.

La gota se puede contro-

La gota afecta con mayor frecuencia la articulación grande del dedo gordo del pie, aunque, comúnmente también puede afectar el tobillo y la rodilla. FOTO:THINKSTOCK.

lar e incluso prevenir, si se la diagnostica correctamente v si se administra la medicación adecuada y se producen cambios en la dieta y en el estilo de vida. El tratamiento adecuado puede ayudarle a evitar los episodios y los daños a largo plazo en las articulaciones. Es importante consultar a un reumatólogo, que es un médico que se especializa en artritis y en enfermedades afines, como la gota.

El tratamiento de la gota incluirá el tomar medicamentos y restricciones dietéticas. Los objetivos del tratamiento

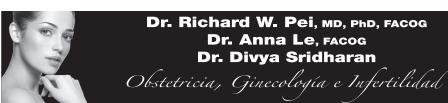
aliviar el dolor.

■acortar el tiempo de duración de la inflamación en los episodios agudos,

prevenir futuros episodios y

evitar el daño a las articulaciones.

Los medicamentos antiinflamatorios no esteroides (AINE) se utilizan frecuentemente para aliviar el dolor y la inflamación en los episodios agudos de gota. La indometacina, el ibuprofeno y el naproxeno son ejemplos de medicamentos AINE.



Cuidado Prenatal y Partos Papanicolaou y Examen Fisico

Planificación Familiar Enfermedades Venéreas Infecciones Vaginales

Sonogramas Dolor pelvico Sangrado Irregular

Cirugía Ginecológica

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

"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



Nguyen, Tran, D.M.D. Consulta General

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)

(03) 536 9886

Falls Church, VA 22042

No se exponga y sufra riesgos

El humo de segunda mano es más traicionero de lo que se piensa

Usan el nivel de cotinina para medir la exposición al humo de segunda mano tiene importantes implicaciones para la salud pública.

HEALTHDAY NEWS

os no fumadores pueden exponerse al humo de segunda mano sin darse cuenta, y no ser conscientes de que están en un mayor riesgo de cáncer de pulmón y enfermedad cardiaca.

El descubrimiento resalta la necesidad de una forma más precisa de evaluar la exposición al humo de segunda mano que pedir a los pacientes que rellenen cuestiona-

"Un hallazgo esencial de este estudio es que los no fumadores se exponen al humo de segunda mano sin tan siquiera darse cuenta", advirtió el investigador líder, el Dr. Raja Flores, presidente de cirugía torácica de la Escuela de Medicina Icahn de Mount Sinai, en la ciudad de Nueva York.

Los investigadores analizaron los niveles de cotinina (un producto secundario de la nicotina) en la sangre, como marcador de la exposición al humo, en más de 20,000 no fumadores.

Hallaron un aumento significativo en los años de vida perdidos con todos los niveles



Cuando una persona está cerca de alguien que fuma, respira humo de segunda mano. FOTO: THINKSTOCK

de cotinina en la sangre. Los niveles más bajos de cotinina se asociaron con 5.6 años de vida perdida, y los niveles más altos con 7.5 años de vida perdida. El aumento en los niveles de cotinina se asoció con el cáncer de pulmón, con todos los tipos de cáncer y con la enfermedad cardiaca, aunque el estudio no probó un vínculo causal.

"Los cuestionarios muestran que los encuestados no sabían que se habían expuesto al humo, pero los niveles de cotinina en sangre son más precisos para determinar su exposición y riesgo subsiguiente de cáncer de pulmón y otras enfermedades relacionadas con fumar", advirtió Flores en un comunicado de prensa de la escuela.

Además de apuntar a una forma más precisa de medir la exposición al humo de segunda mano, el estudio resalta la necesidad de unas restricciones más estrictas para fumar y de un aumento en los exámenes preventivos en las personas con más probabilidades de haberse expuesto al humo de

segunda mano, señalaron los autores del estudio.

Los hallazgos aparecen en la edición de la revista Carcinogenesis.

COLESTEROL • HIPERTENSIÓN • DOLOR DE ESPALDA **DIABETES • FLU • ASMA • VACUNAS • DERMATOLOGÍA**

ATENDEMOS TODOS LOS DÍAS

6319 CASTLE PL. SUITE 1E, FALLS CHURCH, VA 22044

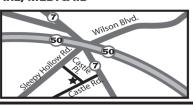
(Muy cerca a la Ruta 7 W. Broad St. y Ruta 29)



PROMOCIÓN ESPECIAL: CONTROL MÉDICO ANUAL PARA HOMBRES Y MUJERES PLANES DE SALUD PARA PERSONAS SIN SEGURO

ACEPTAMOS LA MAYORÍA DE SEGUROS, MEDICARE, MEDICAID

03 532 1222





4 SALUD



La infección del oído puede comenzar poco después de un resfriado, los cuales suceden con más frecuencia durante el invierno.

CDC/REDACCIÓN WASHINGTON HISPANIC

as infecciones del oído son una de las razones más frecuentes por la que sus hijos al médico. El tipo más común de infección del oído se denomina otitis media

y es causada por inflamación e infección del oído medio, el cual se encuentra localizado justo detrás del tímpano.

Una infección aguda en el oído se desarrolla rápidamente y es dolorosa. Las inlos padres llevan a fecciones del oído que duran mucho tiempo o que aparecen y desaparecen se denominan infecciones crónicas del oído.

Causas

La trompa de Eustaquio va desde la mitad de cada oído hasta la parte posterior de la garganta. Normalmente, esta trompa drena líquido que se produce en el oído medio. Si esta trompa de Eustaquio se bloqueada, se puede acumular líquido, lo cual puede causar

Aunque no son contagiosas los catarros pueden desarrollarlos

Infección aguda del oído

Aunque las infecciones del oído son comunes en los bebés y en los niños, debido a que sus trompas de Eustaquio se obstruyen fácilmente también pueden ocurrir en adultos con menos frecuencia.

Algunas causas son:

- Alergias
- Resfriados e infecciones
- Exceso de moco y de saliva producidos durante la den-
- Infección o agrandamiento de adenoides (tejido linfático en la parte superior de la garganta)
- ■Humo del Tabaco

En los bebés, confrecuencia la señal principal de una infección del oído es irritabilidad y llanto inconsolable. Muchos bebés y niños con una infección aguda del oído tienen fiebre o problemas para dormir. Jalarse la oreja no siempre es

una infección del oído.

Los síntomas de una infección aguda del oído en niños mayores o adultos incluyen:

- Dolor de oídos u otalgia Llenura en el oído Sensación de malestar
- general ■Vómitos
- Diarrea
- Hipoacusia en el oído

La infección del oído puede comenzar poco después de un resfriado. La secreción súbita de un líquido amarillo o verde del oído puede significar que hay ruptura del tímpano.

Todas las infecciones agu-

una señal de que el niño tiene das del oído implican líquido detrás del tímpano. En la casa, usted puede usar un monitor electrónico para

el oído para detectar este líquido. Puede comprarlo en una farmacia. Usted aún necesita consultar con un proveedor de atención médica

para confirmar una

infección del oído.

Pruebas y exámenes

El proveedor de atención médica examinará el interior del oído utilizando un instrumentollamado otoscopio. Esto puede mostrar.

Zonas de matidez (dolor

sordo) o enrojecimiento en el oído afectado. ■Burbujas de aire o líquido

detrás del tímpano

"Otitis media

aguda"

otra forma de

Líquido con san-

del oído medio

tímpano

Algunas

infecciones del

oído se alivian por

sí solas sin necesidad

de antibióticos. A menudo.

Aplique agua tibia con

compresas o con una botella

todo lo que se necesita es tratar

el dolor y dejar que el cuerpo

sane por sí mismo.

■ Use en los oídos gotas analgésicas óticas de venta libre. O pregúntele al proveedor gre o pus dentro de atención médica respecto a gotas óticas de receta médica Una para aliviar el dolor.

perforación Tome medicinas de (agujero) en el Tratamiento

casa si NO tienen:

102°F (38.9°C) ■ Dolor u otros síntomas

más graves

miento o los síntomas empeo-

venta libre como ibuprofeno o paracetamol para el dolor o la fiebre. NO le dé ácido acetilsalicílico (aspirin) a los niños.

A los niños mayores de seis meses se los puede vigilar en ■ Una fiebre superior a

■Otros problemas de salud Si no hay ningún mejoraTodos los niños menores de seis meses con fiebre o síntomas de una infección en el oído deben ser vistos por un medico.

ran, programe una cita con el embargo, todos los niños meproveedor de atención médica nores de seis meses con una inpara determinar si se necesitan

Un virus o bacteria puede causar infecciones del oído. Los antibióticos no aliviarán una infección causada por un virus. La mayoría de los proveedores de atención médica no recetan antibióticos para cada infección del oído. Sin

fección en el oído son tratados con antibióticos.

En casos raros, se puede desarrollar una infección más seria, como:

■ Mastoiditis (una infección de los huesos alrededor del cráneo)

Meningitis (una infección

LLAME A SU MÉDICO SI:

- El dolor, la fiebre o la irritabilidad no mejoran al cabo de 24
- En un comienzo, el niño parece estar más enfermo de lo que se espera por una infección en el oído
- Su hijo presenta fiebre alta o dolor intenso
- El dolor intenso cesa de repente, lo cual puede ser indicio de ruptura timpánica
- Los síntomas empeoran
- Aparecen nuevos síntomas, especialmente dolor de cabeza intenso, mareo, hinchazón alrededor del oído o fasciculaciones (movimientos involuntarios) de los músculos de

Infórmele al proveedor de atención médica de inmediato si un niño menor de 6 meses tiene fiebre, incluso si el niño no tiene otro tipo de síntomas.

Prevención

Lave las manos y juguetes frecuentemente.

■ Si es posible, escoja una guardería que tenga una clase con 6 niños o menos, ya que esto puede reducir los riesgos del niño de contraer un resposición de sentado y erguido. friado u otra infección y esto, a su vez, lleva a menos infec-

■ Amamante al niño - - ya que esto lo hace mucho menos propenso a las infecciones del oído. Pero si alimenta al niño con biberón, sosténgalo en

■NO utilice biberones.

ciones de oído.

■ NO exponga al niño al humo indirecto del tabaco.







Nuevo informe de Signos Vitales de los CDC demuestra

Mal control de la presión arterial pone en riego a las personas mayores

Los sistemas de atención médica tienen un rol clave para mejorar el control de la presión arterial en todo el país.

nos 5 millones de inscritos en la Parte D de Medicare, de 65 años o más, no están tomando sus medicamentos para la presión arterial adecuadamente, lo cual aumenta su riesgo de enfermedades cardiacas, accidentes cerebrovasculares, enfermedad renal y muerte, según un nuevo informe de Signos Vitales de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC).

Elinforme resume los peligros de la presión arterial alta y la importancia que tienen los sistemas de atención médica para ayudar a los pacientes a

tomar los medicamentos para la presión arterial según las indicaciones.

"Una simple medida puede evitar consecuencias potencialmente mortales: tomar sus medicamentos para la presión arterial como se los recetaron", dijo el director de los CDC, Tom Frieden, M.D., M.P.H. "Los proveedores de atención médica pueden facilitar el tratamiento para avudar a las personas a mantener su presión arterial controlada", agregó.

Disparidades al tomar los medicamentos para la presión arterial según las indicaciones

Elinforme analiza datos de más de 18.5 millones de personas inscritas en Medicare Advantage o en Original Medicare con cobertura para medicamentos recetados de la Parte D de Medicare, durante el año 2014. Investigadores de los CDC y de los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS, por sus siglas en inglés) analizaron las disparidades en las tasas de adherencia de los beneficiarios con base en factores incluyen la geografía, la raza o grupo étnico, el sexo, el nivel de ingresos y el tipo de medicamento.

Esfuerzos de los CDC para reducir la prevalencia de la hipertensión no controlada

Los sistemas de atención médica -incluidos médicos, personal de enfermería, farmacéuticos, trabajadores de salud comunitaria, consultorios, hospitales y compañías



El gobierno federal también les está proporcionando recursos a todos los estados y a Washington, D.C. para prevenir enfermedades crónicas, incluidas las enfermedades cardiacas y los accidentes cerebrovasculares; está ayudando a los estados a hacerle seguimiento a la adherencia al plan de medicación; y está fomentando los planes de medicamentos recetados para mejorar el uso de medicamentos a través del programa "Medicare Star Ratings"

renal.

Visite millionhearts.hhs. gov/para aprender acerca de Million Hearts, una iniciativa nacional.

de seguros de salud - pueden

tener un rol clave para me-

jorar el control de la presión

arterial en todo el país. Los

CDC alientan a los sistemas

de atención médica a que se

aseguren de que las personas

entiendan la importancia del

control de la presión arterial

y cómo tomar los medica-

mentos para la presión arte-

rial según lo indicado —junto

con una alimentación saluda-

ble y ejercicios — disminuye el

riesgo de tener enfermedades

cardiacas, accidentes cere-

brovasculares o enfermedad



Para reducir la obesidad

La agencia de salud de Naciones Unidas recomendó el a los países que utilicen la política fiscal para incrementar el precio de bebidas azucaradas como refrescos, productos isotónicos e incluso zumos 100% fruta como medida para combatir la obesidad, la diabetes y la caries dental. La prevalencia de la obesidad en todo el mundo más que se duplicó entre 1980 y 2014, cuando casi el 40% de la población mundial tenía sobrepeso, dijo la Organización Mundial de la Salud (OMS) en un comunicado por el Día Mundial de la Obesidad. La agencia recomienda desde hace tiempo que la ingesta diaria de azúcar por persona sea menor al 10% de sus necesidades totales de energía.





Vinh Tran, DDS

NUESTROS SERVICIOS:

- Examenes 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 aran 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

EN LAS MUIERES DE MEDIANA EDAD

La depresión fomenta la enfermedad cardiaca

Tiene un impacto sobre las conductas saludables, como el reducir los niveles de ejercicio, al alterar los hábitos de alimentación y sueño.

HEALTHDAY NEWS

as mujeres de mediana edad con antecedentes de depresión
parecen tener un
riesgo marcadamente más elevado de enfermedad
cardiaca, sugiere una investigación reciente.

El hallazgo parece reforzar el vínculo bien conocido entre la depresión y los problemas del corazón, pero no prueba una relación causal.

Los investigadores siguieron a unas 1,100 mujeres durante diez años, y encontraron que la depresión era el único factor de riesgo significativo de la enfermedad de la arteria coronaria en las mujeres menores de 65 años sin antecedentes de enfermedades cardiacas al inicio del estudio.

Pero en las mujeres mayores de 65 años, la edad se identificó como el único predictor significativo de enfermedad cardiaca, hallaron los investigadores. Las enfermedades cardiacas son la causa principal de muerte para las mujeres y los hombres en Estados Unidos, y son responsables de casi una de cada cuatro muertes al año, según los Centros

para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) de EE. UU.

"Cuando añadimos la depresión... a otros factores de riesgo bien conocidos de la enfermedad de la arteria coronaria, la depresión fue lo único que destacó" en las mujeres menores de 65 años, apuntó el autor del estudio, el Dr. Xuezhi Jiang, obstetra y ginecólogo del Hospital de Reading en Reading, Pensilvania. "Es más bien sorprendente".

El estudio se presentó en la reunión anual de la Sociedad Norteamericana de la Menopausia.

Según el Centro para el Control y la Prevención de las Enfermedades la depresión es una enfermedad que afecta el estado de ánimo, afecta a la persona poniéndonos triste, los vuelve irritable, provoca que se aíslen. Pero es muy importante que se trate esta enfermedad porque pueden surgir los pensamientos suicidas, es decir es un factor de riesgo la depresión causa de suicidios.

Si esta está deprimido, lo mejor que puede hacer al respecto es tratarlas, las depresiones no se curan solas.



Los psicólogos recomiendan una evaluación de la salud mental en los chequeos de rutina.

FOTO:THINKSTOCK.









8 SALUD

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



QUÉ ES LA AUTOFAGIA

esde nuestros tiempos en la escuela primaria hemos aprendido que la célula es la unidad fundamental de la vida y probablemente a muchos se les ha quedado en la mente la comparación que hacían nuestros profesores de que la célula es como un huevo de gallina: tiene cáscara (membrana celular), clara (citoplasma) y yema (el núcleo celular).

Es increíble, pero esa concepción "primariosa" de la estructura celular (membrana, citoplasma y núcleo) permaneció de ese modo incluso para los científicos hasta comienzos del siglo pasado. El recientemente anunciado premio Nobel de Medicina y Fisiología para el año 2016, otorgado al biólogo japonés Yoshinori Ohsumi, agrega un nuevo capítulo en el conocimiento del funcionamiento celular, y que hoy queremos revisar muy brevemente

Como dijimos, hasta co-

mienzos del siglo pasado, era poco lo que se sabía sobre la estructura y funcionamiento celular, hasta que aparecieron los "tres monstruos" de la biología celular, todos ellos asociados a la Universidad Rockefeller de Nueva York: el belga Albert Claude, considerado como el padre de la biología celular, el rumano-americano Ernest Palade y el británico-belga Christian De Duve.

El obstáculo que tenían los científicos para estudiar la célula en esa época era que no podían ver su interior, los microscopios de luz que existían no tenían la resolución necesaria. Ante ese obstáculo, el Dr. Claude inventó en 1930 la técnica de fraccionamiento celular, en la que machacaba y centrifugaba las células para obtener material que luego analizaba químicamente. Con esa ingeniosa y primitiva técnica, el Dr. Claude descubrió que la célula tenía una serie de estructuras a las que llamó organelas y publicó en 1945

el primer atlas detallado de la estructura celular. Posteriormente, y en colaboración con el Dr. Palade, usó por primera vez el microscopio electrónico para ver directamente esas organelas, estructuras que hasta ese momento nadie había podido mostrar. Pero a pesar de esos importantes descubrimientos, el problema es que poco o nada se sabía acerca del funcionamiento de esas organelas, es decir de la fisiología celular.

Esa fue la principal contribución del Dr. Christian De Duve, quien descubrió en 1955 que una de esas organelas, a la que bautizó como lisosoma, era una especie de "estómago celular", porque allí se transportaban las partes dañadas de la célula, los trozos de bacterias invasoras o las toxinas que se acumulaban en el interior de las células.

Por sus descubrimientos y echar las bases de la biología celular, Claude, Palade y De Duve ganaron el premio Nobel de Medicina y Fisiología en 1974.

La autofagia

El término fue creado por el Dr. De Duve en 1963 y proviene del griego auto (a si mismo) y phagos (comer), es decir autofagia puede entenderse como el fenómeno de "comerse a si mismo". La autofagia es el fenómeno natural, regulado, secuencial y ordenado que hace posible que una célula se defienda de un insulto o estrés (falta de alimento, oxígeno o infecciones) y pueda sobrevivir o programar su propia muerte si sabe que no podrá sobrevivir.

En otras palabras, la célula esta en constante actividad y cuando se sabe amenazada, usa ciertas partes de su estructura para formar estructuras nuevas, destruir partes de su estructura que no le sirven, y transportar los restos celulares y bacterianos (si se trata de una infección) a los lisosomas o "estómagos celulares" para que allí se procesen y se reciclen.

El Dr. Yoshinori Ohsumi ha obtenido el premio Nobel de Medicina y Fisiología del año

2016 por demostrar que ese proceso de la autofagia (descubierto por el Dr. De Duve en 1963), esta gobernado por 15 genes. El logro principal del Dr. Ohsumi es sin embargo, demostrar que los mecanismos y el control genético de la autofagia que descubrió en las simples células de la levadura del pan, son exactamente las mismas en el ser humano, lo que abre la puerta a explicar muchas enfermedades degenerativas como el cáncer, la enfermedad de Parkinson, la enfermedad de Alzheimer y la osteoartritis. Pero la autofagia puede ayudar también a entender el proceso del envejecimiento humano y la resistencia al ejercicio.

Es posible también que entendiendo los mecanismos íntimos de la autofagia, puedan diseñarse medicamentos que puedan gobernar o interferir con esas funciones, lo cual da esperanza en el tratamiento de esas condiciones crónicas.

La muerte del Dr. De Duve y la autofagia

Revisando el tema para este artículo, me topé con un hecho que me hizo reflexionar, se trata de la muerte del Dr. Christian De Duve. El Dr. De Duve murió el 4 de mayo del 2013 en su casa de Nethen en Bélgica, tenía 95 años de edad, sufría de cáncer y complicaciones de fibrilación auricular y recientemente, su condición general había empeorado mucho por una reciente caída. Aprovechando de que la eutanasia es legal en Bélgica, el Dr. De Duve pidió que le permitan morir de esa manera. En presencia de sus cuatro hijos, dos médicos procedieron a aplicarle la eutanasia y el Dr. De Duve murió

El descubridor de la autofagia, mecanismo por el cual una célula en severo estrés decide programar su propia muerte, el Dr. De Duve programó también su propia muerte al ver que su vida había llegado a un límite permisible para el, es decir, el científico aplicó la autofagia en su propia existencia.

de acuerdo a su deseo.



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 1-877-569-8474