



## No sea víctima del cáncer de pulmón.

>4-5



MÁS NIÑOS PEQUEÑOS pasan mucho  
tiempo con el teléfono o la tableta. >6



LAS PRUEBAS del cáncer de  
mama son la mejor opción.

>8

## Ponga atención a los dulces y a los disfraces

# Proteja a su hijo de las alergias este Halloween

Unas normas de sentido común harán que la noche del miedo asuste menos.

### HEALTHDAYNEWS

Los sustos de Halloween van más allá de los monstruos y los fantasmas si se es un niño con alergias a los alimentos o con asma.

“El Halloween debe dar miedo por los motivos adecuados (los fantasmas, los duendes y las brujas), no por las alergias y el asma”, afirmó el Dr. Stephen Tilles, alergólogo y presidente del Colegio Americano de Alergias, Asma e Inmunología (American College of Allergy, Asthma and Immunology).

“Si sigue algunas normas de sentido común, podrá mantener a sus hijos seguros y lograr que haya una fiesta sin síntomas de alergias ni asma”, dijo en un comunicado de prensa de la asociación.

Tilles ofrece a los padres

algunos consejos sobre cómo limitar el riesgo de reacciones alérgicas:

No deje que los niños coman ningún dulce que no tenga una etiqueta con indicaciones claras sobre los alérgenos potenciales. Haga que lleven todos los dulces a casa e inspecciónelos, o deje dulces seguros para su hijo con sus amigos y en la escuela.

¿Su hijo tiene asma? Tenga un inhalador a mano cuando salgan a pedir dulces, en caso de exposición a máquinas de humo o moho cuando van de puerta en puerta. Es probable que a un niño con respiración sibilante le vaya mejor con un sombrero que con una máscara.

Preste atención a los disfraces. Por ejemplo, quizá a un niño con una alergia a un metal le vaya bien usar guantes. Y si tiene un riesgo de eczema, use solo maquillaje



**No deje** que los niños coman ningún dulce que no tenga una etiqueta con indicaciones claras sobre los alérgenos potenciales. FOTO: THINKSTOCK

hipoalérgico, o evite el maquillaje del todo. También lea las etiquetas de los disfraces para evitar materiales como

el látex que podrían provocar un problema.

Una calabaza de color verde azulado en la puerta se

considera como un indicador de concienciación sobre las alergias a los alimentos. Eso informa a los demás de que

en ese hogar en particular se ofrecerá una alternativa de Halloween que no es un alimento.



**Dra. Verónica Enriquez**

- 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

**Enriquez Dental**  
Family and Cosmetic Dentistry

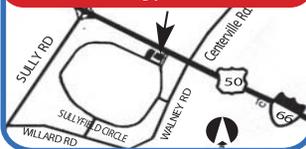
- Aceptamos la mayoría de seguros dentales; incluyendo Medicaid
- Tratamiento con láser sin necesidad de anestesia
- Atendemos citas de emergencias



**Dra. Monica Restrepo**



**“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 \$243)  
(Sólo para pacientes nuevos, sin seguro)  
(Incluye examen diagnóstico,  
4 radiografías y limpieza)

**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

### 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: [WomenHealth.gov/ataquedelcorazon](http://WomenHealth.gov/ataquedelcorazon)



SEGÚN LOS CDC



**Vacuna contra el VPH** previene cáncer cervical y es segura para las mujeres adultas.

FOTO:THINKSTOCK

## La vacuna contra el VPH es segura para las mujeres adultas

Un análisis de millones de recipientes no encontró un vínculo con 44 enfermedades distintas.

### HEALTHDAY NEWS

Las vacunas que protegen del virus del papiloma humano (VPH), vinculado con el cáncer, son seguras para las mujeres adultas.

Se cree que la gran mayoría de los cánceres cervicales son provocados por la infección con el VPH.

Las enfermedades o afecciones estudiadas en el nuevo análisis incluyeron la epilepsia, la parálisis, el lupus, la psoriasis, la diabetes tipo 1, la artritis reumatoide, los problemas de tiroides y la enfermedad de Crohn, entre otras.

Como el VPH es una enfermedad de transmisión sexual, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) de EE. UU. recomiendan la vacunación antes del inicio de la actividad sexual. La edad ideal es entre los 9 y los 12 años.

Pero quizá las mujeres adultas deseen vacunarse, de forma que este estudio debe tranquilizarlas respecto a la seguridad de la vacuna, apuntó el equipo dirigido por

el Dr. Anders Hviid, del Instituto Statens Serum, en Dinamarca.

Dos obstetras y ginecólogos de EE. UU. se mostraron de acuerdo.

“Dado que la vacuna por lo general se administra a las chicas jóvenes para intentar protegerlas antes de que inicien la actividad sexual, pocos estudios han explorado los efectos secundarios y riesgos de la vacuna en mujeres más maduras”, comentó el Dr. Benjamin Schwartz, jefe de obstetricia y ginecología en el Hospital de Southside, en Bay Shore, Nueva York.

**14 millones de nuevas infecciones ocurren cada año.**

“Este es un punto fuerte muy importante del estudio, porque explora más la seguridad de la vacuna en adultos”, dijo.

Pero Schwartz enfatizó que debido a una minoría de escépticos de la vacuna en Estados Unidos, las tasas reales de uso de la vacuna contra el VPH siguen siendo “bastan-

te decepcionantes”. Pero los nuevos hallazgos “demuestran más la falta de evidencias de riesgos adversos por la vacuna contra el VPH”, señaló.

El Dr. Mitchell Kramer, presidente de obstetricia y ginecología en el Hospital de Huntington en Huntington, Nueva York, se mostró de acuerdo en que el estudio no muestra “ninguna conexión entre la administración de la vacuna contra el VPH en las mujeres adultas y el desarrollo de enfermedades crónicas graves”. Añadió que “el problema celíaco descrito en este artículo es insignificante”.

La prevención de los cánceres vinculados con el VPH es “un tema de salud pública tremendamente importante, y con algo de suerte [este estudio] animará a más mujeres a vacunarse contra el VPH”, señaló Kramer.

El estudio se publicó en la revista Journal of Internal Medicine.

**Virginia & Maryland**  
**CarePeople Home Health, Inc.**  
 Servicios de cuidado para personas mayores y personas con enfermedades

**Si alguien en su familia necesita ayuda de salud, llámenos. Le ayudaremos.**

### Ayuda en la vida diaria

(Atención en la comunidad y servicios a domicilio)

- Alimentación
- Necesidades del baño
- El aseo y lavado
- La selección y vestimenta adecuada
- La incontinencia
- La movilidad, para caminar

Después del alta del hospital, nosotros le mandamos un ayudante personal a su casa

### Servicios de Home Health y Hospicio

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

**¡Cubierto por el Beneficio de Medicaid!**



**NUEVO CURSO  
 PARA PCA  
 (ASISTENTE PARA CUIDADOS PERSONALES)  
 EN MARYLAND**

**¡GRATIS!**

23 de octubre a 27 de octubre  
 lunes-viernes 9:30 a.m. – 5:30 p.m.

**Oficina Principal:**  
**7620 Little River Turnpike, Suite 500, Annandale, VA**  
**Oficina en Maryland:**  
**901 Russell Ave., Suite 150, Gaithersburg, MD 20879**  
**Servicios las 24 horas 571-297-4747 (VA, MD)**  
**301-966-7000**



# Reduzca el riesgo no fume y evite el humo de segunda mano No sea víctima del cáncer de pulmón

El humo del tabaco es una mezcla mortal de más de 7,000 sustancias químicas, muchas de ellas tóxicas. Se sabe de al menos 70 que causan cáncer en personas.

## Factores de riesgo

### ■ El hábito de fumar

Fumar cigarrillos es el factor de riesgo principal para contraer cáncer de pulmón. En los Estados Unidos, fumar cigarrillos está vinculado a alrededor del 80 a 90% de los casos de cáncer de pulmón. El consumo de productos de tabaco, como puros y pipas, también aumenta el riesgo de cáncer de pulmón.

Las personas que fuman cigarrillos son entre 15 y 30 veces más propensas a contraer cáncer de pulmón o a morir debido a esta enfermedad que las personas que no fuman. Incluso fumar unos cuantos cigarrillos al día o de manera ocasional aumenta el riesgo de contraer cáncer de pulmón.

Fumar cigarrillos puede causar cáncer en casi todas las partes del cuerpo. Fumar cigarrillos causa cánceres en la boca y la garganta, el esófago, el estómago, el colon, el recto, el hígado, el páncreas, la laringe, la tráquea, los bronquios, el riñón y pelvis renal, la vejiga urinaria y el cuello uterino, y también ocasiona leucemia mielógena aguda.

### ■ El humo secundario del cigarrillo

El humo del cigarrillo, las pipas o los puros que fuman otras personas (humo secundario) también causa cáncer de pulmón. Cuando una persona respira el humo secundario, es como si estuviera fumando. En los Estados Unidos, dos de cada cinco adultos que no fuman y la mitad de los niños están expuestos a humo secundario del cigarrillo y alrededor de 7,300 personas que nunca fumaron mueren por cáncer de pulmón debido al humo secundario del cigarrillo.

### ■ El radón

El radón es un gas natural que viene de las rocas y la tierra y que puede quedar atrapado en las casas y otras edificaciones. No tiene olor, sabor ni se puede ver. De acuerdo con la Agencia de Protección Ambiental, el radón causa unos 20,000 casos anuales de cáncer de pulmón, lo que lo convierte en la segunda causa principal de esta enfermedad. Se calcula que cerca de una de cada 15 casas en los EE. UU. tiene altos niveles de radón. Esta agencia recomienda realizar pruebas para detectar radón en las casas y utilizar métodos demostrados para reducir los altos niveles de dicho gas.



Radioterapia en el tórax

## Síntomas

Los síntomas de cáncer de pulmón pueden ser distintos en cada persona. Algunas personas tienen síntomas respiratorios o relacionados con los pulmones. En otras, el cáncer de pulmón puede haberse diseminado a otras partes del cuerpo (metástasis) y causar síntomas específicos en la parte afectada. Hay personas que solo presentan malestar general. En la mayoría de los casos, el cáncer de pulmón no produce síntomas en las personas sino hasta que está avanzado.

- Tos persistente o que empeora;

- Dolor de pecho;
- Dificultad para respirar;
- Sibilancias;
- Tos con sangre;
- Sensación de cansancio todo el tiempo;

■ Pérdida de peso sin causa conocida. El cáncer de pulmón puede presentarse acompañado de otros cambios, como crisis repetidas de neumonía e inflamación o agrandamiento de los ganglios en el interior del pecho en el área ubicada entre los pulmones.

## Pruebas de detección

Los médicos recomiendan una prueba de detección para poder encontrar una enfermedad de manera temprana, cuando el tratamiento puede ser más eficaz.

La única prueba de detección recomendada para el cáncer de pulmón es la tomografía computarizada con dosis bajas (también llamada TC con dosis bajas). En esta prueba una máquina de rayos X explora el cuerpo y usa bajas dosis de radiación para generar fotos detalladas de los pulmones.

## ¿Quién debe hacerse la prueba de detección?

El Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los Estados Unidos recomienda las pruebas de detección del cáncer de pulmón de manera anual con TC con dosis bajas a las siguientes personas:

- Aquellas con un antecedente de tabaquismo excesivo, y
- que fuman ahora o han abandonado el hábito en los últimos 15 años, y
- tienen entre 55 y 80 años de edad.

El tabaquismo excesivo significa un antecedente de consumo de cigarrillo de 30 años-paquete o más. Un año-paquete es fumar como promedio un paquete de cigarrillos al día durante un año. Por ejemplo, una persona puede tener un antecedente de 30 años-paquete por fumar un paquete al día durante 30 años o dos paquetes al día durante 15 años.

## ¡GRAN APERTURA!

Centro Médico con Equipo de Última Generación para servir a los residentes de las comunidades de Falls Church, Annandale, Springfield y todo el Norte de Virginia

**7306 Maple Place, Annandale, VA 22003**  
**Teléfono (703) 333 5001**  
**Abierto 365 días de 8 a.m. – 10 p.m.**



Podemos ser su doctor primario si necesita uno. / TAMBIÉN HABLAMOS ESPAÑOL

[www.progressiveurgentcare.com](http://www.progressiveurgentcare.com)  
[www.facebook.com/progressiveurgentcare2016](https://www.facebook.com/progressiveurgentcare2016)

## PROGRESSIVE URGENT & PRIMARY CARE

Centro de Atención de Cuidados Primarios y Emergencias

Equipo de médicos con amplia experiencia en cuidados primarios y de emergencia

Dr. Ngoc Ly ● Dr. Tu-Van Tran ● Dr. Khiem Tran

- Médicos afiliados a la mayoría de seguros, Medicare y Medicaid
- Precios asequibles para pacientes sin seguro médico
- No se requiere cita previa, no tiempo largo de espera
- Brindamos una completa gama de servicios de prevención, cuidados primarios y de emergencia
- Clínica ambulatoria para tratamiento inmediato de heridas menores y enfermedades. Le evitamos costosas visitas a la sala de emergencias
- Tratamientos de hipertensión, diabetes, problemas digestivos, oído, nariz, garganta, articulaciones y dolores de espalda, gota, problemas femeninos, prueba de papanicolaou
- Radiografía y laboratorio en casa CON RESULTADOS INMEDIATOS
- Ubicación muy conveniente y con espacioso estacionamiento a espaldas de la clínica



## Ofrecemos el mejor cuidado dental para su familia

- Extracciones, Implantes y tratamientos de raíz
- Coronas, puentes, dentaduras, parciales y rellenos blancos

- Limpieza regular y profunda
- Invisalign
- Whitening

**Dra. Aicha Lyazidi**

**Dr. Abril Edison**  
(Periodontist)

**Dr. Charanpreet Ashtakala**

**Dra. Maria Salnik**

**Dra. Patricia Solarte**  
(ortodoncista) Falls Church

**Dr. Tareq Salameh**

**Dr. Randa Shakashiro**  
(ortodoncista) Woodbridge

**Blancamiento gratis después de tratamiento**

**Consulta cosmética gratis**  
(Rayos X no incluidos)

**HABLAMOS ESPAÑOL**  
Abierto en las tardes y sábados

**105 N. Virginia Ave. Suite 103/105, Falls Church, VA. 22046**

**703-533-7285**

**American Dental Care**  
[www.americandentalva.com](http://www.americandentalva.com)

• Aceptamos la mayoría de seguros y Medicaid para niños menores de 21 años.

• Ortodoncia (Braces) para niños y adultos con excelentes planes de pago mensuales.

**1392 Old Bridge Road, Woodbridge, VA**

**703-490-9094**

**Occoquan Dental**  
[www.occoquansmiles.com](http://www.occoquansmiles.com)

## AUNQUE LOS PEDIATRAS NO LO RECOMIENDAN



Aunque la tecnología es importante para que los niños se desarrollen bien, es necesario prestar atención al papel de los medios de comunicación en sus vidas.

FOTO: THINKSTOCK

# Más niños pequeños pasan mucho tiempo con el teléfono o la tableta

Una encuesta encuentra un gran aumento en los últimos 6 años.

## HEALTHDAY NEWS

En los últimos años, los niños pequeños han pasado de estar 5 minutos al día con algún tipo de dispositivo móvil a pasar 48 minutos al día, muestra una investigación reciente.

Y aunque solo un 1 por

ciento de los niños de 8 años de edad y menores tenían su propia tableta hace 6 años, el 42 por ciento de ellos tienen una ahora, según el estudio de Common Sense Media, una organización sin fines de lucro.

“A lo largo de los últimos 6 años, hemos visto un aumento masivo en el uso de los medios de comunicación y la

propiedad de tabletas, y no hemos empezado siquiera a experimentar la explosión de las nuevas tecnologías, como la realidad virtual y los dispositivos asistentes que se activan con la voz en nuestros hogares”, dijo en un comunicado de prensa James Steyer, fundador y director general de Common Sense.

El informe se basa en las respuestas a una encuesta de

una muestra representativa a nivel nacional de casi 1,500 padres y niños de 8 años o menos de EE. UU., a los que se encuestó a principios de 2017.

Entre los hallazgos de la encuesta se encuentran:

Casi todas las familias estadounidenses (el 95 por ciento) tienen un dispositivo asistente virtual que se activa con la voz en casa, como Amazon Echo o Google Home.

Las divisiones en el uso de la tecnología móvil según los ingresos familiares también

frente al 8 por ciento en 2011.

Aunque los pediatras no lo recomiendan, casi la mitad de los niños pequeños con frecuencia o a veces ven la televisión o juegan videojuegos durante la hora previa a ir a la cama.

Aproximadamente el 10 por ciento de los niños pequeños tienen un juguete “inteligente” que se conecta a internet, mientras que el 9 por ciento tienen un dispositivo asistente virtual que se activa con la voz en casa, como Amazon Echo o Google Home.

Las divisiones en el uso de la tecnología móvil según los ingresos familiares también

se están terminando.

De hecho, los niños de hogares con ingresos más bajos, o de hogares con padres con un nivel educativo menor, en realidad pasan más tiempo ahora viendo “los medios de comunicación con pantalla” que los de hogares con mayores ingresos o con padres con un mayor nivel educativo, mostró la investigación.

La tasa en la que las familias más pobres en Estados Unidos han adquirido dispositivos móviles o tabletas, y han descargado aplicaciones, también ha aumentado rápidamente en los últimos 6 años.

**10%**  
de los niños pequeños tienen un juguete “inteligente”

## TOTAL DENTAL CARE

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

CORONAS, PUENTES, DENTADURAS,  
EXTRACCIONES, ROOT CANAL,  
IMPLANTES, COSMÉTICA 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.

**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.

## 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

### ESCULTOR 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**



**25%**  
de descuento  
en tratamientos  
de botox, relleno  
facial, venas y  
reducción de grasa  
sin cirugía

Virginia  
8622B Lee Highway • Fairfax, VA 22031

**703-876-6200**

## 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/ataquealcorazon](http://WomensHealth.gov/ataquealcorazon)



## Dr. Kenneth Woo

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

# Halloween | Consejos y Trucos



Todos los niños quieren obtener un montón de caramelos de Halloween cuando salen a pedir dulces, pero como padre, usted sabe que comer demasiados dulces no es bueno para su hijo. El Dr. Woo & Asociados recuerda a los padres en esta época del año que Halloween es un buen momento para enseñarles a sus hijos buenos hábitos de salud bucal sin privarlos de sus golosinas de Halloween.

### Permita que sus hijos disfruten de sus golosinas con moderación.

Animamos a los padres de nuestros pacientes jóvenes a que no nieguen a sus hijos la experiencia divertida de Halloween porque los dulces son una gran parte de eso. Si les quita los dulces a sus niños tan pronto como lleguen a casa después de hacer las rondas de truco o trato, podría ocasionar más problemas. Pueden intentar colar dulces o comer demasiado a la vez si pueden. Una mejor idea es dejar que sus hijos se diviertan disfrutando de las golosinas que recopilan (con moderación), ya que eso es parte de la diversión de ir a fiestas o trick-or-treating. Cuando sus hijos lleguen a casa después de ir de puerta en puerta, siéntense con ellos para revisar juntos su bolsa de caramelos de Halloween. Pídeles que elijan algunas piezas (usted decida cuántas) les gustaría comer en ese momento. Luego, guarde el resto de los dulces y fuera de la vista.



### Halloween es un buen momento para hablar con los niños sobre los dulces y sus dientes.

La temporada de Halloween es un buen momento para hablar con sus hijos sobre los dulces y sus dientes. Considere sentarse con sus hijos para recordarles que comer demasiados dulces puede llevarlos a tener caries. En lugar de decir que los dulces son "malos", es mejor decirle a sus hijos que comer una cantidad excesiva de dulces y otras golosinas dulces simplemente no es bueno para sus dientes. Esto ayudará a que sus hijos aprendan que lo que comen afecta su salud oral y que tienen control sobre sus dietas.

### Establecer un tiempo de Halloween Treat.

En lugar de permitir que sus hijos caven en sus golosinas de Halloween cuando lo deseen, los padres deben establecer un "momento del trato" para enseñar a los niños que los dulces deben comerse con moderación. Y, cuando los niños saben que tienen un momento específico en el que pueden disfrutar

de sus golosinas, es menos probable que piensen en comer dulces en otras ocasiones durante el día.

También es importante recordarles a sus hijos que se cepillen y usen el hilo dental después de comer golosinas. Si hace que el tiempo de cepillado de dientes sea divertido para su hijo, es más probable que haga un buen trabajo. Dejar que su hijo elija su propio cepillo de dientes y pasta de dientes con flúor es una buena manera de ayudar a asegurarse de que se cepille bien y use hilo dental.

El Dr. Woo & Asociados desea que nuestros pacientes jóvenes disfruten de este momento divertido del año, pero también queremos que nuestros pacientes aprendan a cuidar sus dientes para que tengan una sonrisa de la que puedan estar orgullosos por el resto de sus vidas.

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

**KENSINGTON: 3704 Perry Avenue  
Kensington MD 20895  
(301) 933-1833**

**GAITHERSBURG: 17 Firstfield Road Suite 101  
Gaithersburg MD 20877  
(240) 683-3833**

## 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](http://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



PARA LA DETECCIÓN TEMPRANA

# Las pruebas del cáncer de mama son la mejor opción

Los expertos aconsejan a las mujeres que hablen con su médico para determinar cual es la más correcta para ellas.

## HEALTHDAY NEWS

El cáncer de mama es la segunda causa principal de muerte por cáncer de las mujeres de Estados Unidos, y las pruebas rutinarias siguen siendo el modo más fiable de detectar la enfermedad en un momento inicial, afirma una experta en el cáncer de mama.

“El cáncer de mama puede tratarse con más éxito si se detecta en las fases iniciales, cuando es pequeño y todavía no se ha propagado”, dijo la Dra. Kathryn Evers, directora de mamografías en el Centro

Oncológico Fox Chase de Filadelfia. “Con las opciones de tratamientos avanzados y una cirugía menos cara que hay hoy en día, las pacientes están experimentando unos mejores resultados”.

La edad avanzada es un factor de riesgo principal de cáncer de mama. Y hay algunos factores de riesgo relacionados con el estilo de vida que se pueden controlar, como la terapia hormonal después de la menopausia, la obesidad, el consumo de alcohol y la inactividad física, señaló Evers.

**Los síntomas del cáncer de mama pueden incluir:**

- Un bulto en el seno o en una axila.
- Hinchazón o engrosamiento en una parte del seno.
- Formación de hoyuelos o irritación en la piel del seno.
- Dolor en el seno que no desaparece.
- Enrojecimiento o piel escamosa en el seno o en el pezón.
- Secreción inusual de los pezones.
- Un cambio en el tamaño o la forma del seno.

En algunos casos, las mujeres nunca presentan ninguno de estos síntomas, comentó Evers.

“Todas las mujeres deberían conocer el aspecto y el tacto de sus senos de modo que puedan reconocer cualquier cambio que se produzca en ellos. Esto es una parte importante de la salud de los senos”, dijo. “Pero simplemente el hecho de estar familiarizada con sus senos no debe reemplazar nunca a las pruebas o mamografías regulares.

Estas pruebas pueden ayudar a detectar el cáncer de mama en sus etapas iniciales, incluso antes de que los síntomas aparezcan”.

Hay tres pruebas que se usan con frecuencia para detectar el cáncer de mama, explicó Evers.

**Mamografía:** Una radiografía del seno que se usa para examinar los cambios en el seno. Su efectividad depende del tamaño del tumor del seno y de la densidad del tejido del



**No todas las mujeres con cáncer de mama** experimentan las mismas señales de advertencia de la enfermedad.

FOTO:THINKSTOCK

seno.

**Ultrasonido del seno:** Esta prueba con frecuencia se usa junto con la mamografía para evaluar a las mujeres con un riesgo alto y a aquellas cuyo tejido del seno sea denso.

**IRM de mama:** Esta prueba puede usarse para evaluar a las mujeres con un riesgo alto y para examinar más de cerca alguna zona sospechosa detectada durante una mamografía o un ultrasonido.

## Pediatras de Springfield

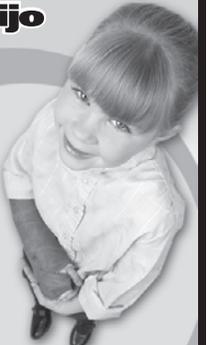


**Dr. Arshia Qadir**  
**Dr. Jacqueline Hoang**  
**Dr. Laurie Moore**  
**Dr. Mirella Marshall**  
**Dr. Sonia Singh**

**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**

**703-642-8306**

**Disponibles horarios en la noche y fines de semana**

## 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

