



**OMEGA 3 OBSTRUYE**  
tratamientos de cáncer.

>3

GUIA

# salud



## La vitamina B12 en la Salud >4y5



**REDUZCA SU RIESGO**  
de cáncer colorrectal.

>7



**EL MAQUILLAJE PUEDE**  
dañar la salud de tus ojos

>8

## Al trabajar en el jardín

## Evite enfermedades causadas por el calor

## HEALTHDAY NEWS.

**E**l ejercicio y los alimentos frescos son algunos de los beneficios que ofrece la jardinería, pero tam-

bién se corren algunos peligros que se pueden evitar tomando medidas según el Centro para el Control y Prevención de Enfermedades de los Estados Unidos.

Utilice guantes para prote-

gerse las manos de cortadas, contaminantes e irritantes cutáneos. Protéjase de garrapatas y mosquitos usando camisetas de manga larga y metiendo el pantalón dentro del calcetín, y considere usar

botas altas de hule ya que las garrapatas suelen estar cerca de la tierra. La CDC también recomienda utilizar repelente con DEET.

Al manejar herramientas eléctricas utilice gafas de seguridad, protección para los oídos, zapatos resistentes y pantalones largos. Cerciórese de que el equipo funciona bien y guarde herramientas, máquinas y químicos lejos del alcance de los niños.

Protéjase del sol usando mangas largas, un sombrero de ala ancha, lentes de sol y protector solar con un factor de protección (SPF) de 15 o mayor.

Asegúrese de beber agua en abundancia y tome descansos en la sombra regularmente. Deje de trabajar si empieza a faltarle el aire o empiezan a dolerle los músculos.

Esté alerta a los signos de las enfermedades causadas por el calor, como lo son una temperatura corporal extremadamente elevada, dolor de



cabeza, pulso acelerado, mareo, náusea, desorientación y pérdida de la consciencia. Si padece artritis utilice herramientas fáciles de agarrar y adecuadas a sus capacidades. Si toma medicinas que le dan

sueño o afectan su capacidad de tomar decisiones o su tiempo de reacción, no use escaleras de jardín ni maneje herramientas eléctricas, ni realice cualquier actividad que lo ponga en peligro.



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

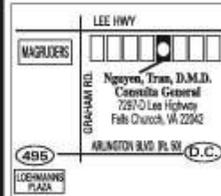


### OFRECEMOS:

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

### BENEFICIOS:

- **Consulta GRATIS**
  - Atendemos niños a partir de los 4 años de edad
  - 18 años de experiencia
  - Precios razonables
  - Planes de Pagos Disponibles
- 7297-D Lee Highway  
(Esq. con Graham Road)**



**(703) 536 9886**

**Falls Church, VA 22042**



# Brandon Avenue Pediatrics

**Desde recién nacidos hasta adolescentes**

**Saad Al-Hariri, MD, MRCP, DCH**  
Board Certified In Pediatrics



**Se Habla Español**



- Vacunas / Immunizations
- Exámenes Físicos para la Escuela y Deportes
- Nuevos pacientes bienvenidos
- Citas el mismo día
- Servicio de Emergencia • **24 Horas**
- Aceptamos medicaid, tarjeta de credito y seguros

correo electrónico: [salhariri@hotmail.com](mailto:salhariri@hotmail.com)

**Premier Plaza 11 Building  
6126 Brandon Ave., Springfield, VA 22150**

**(571) 830-6337  
Fax: (571) 830-6588**

Estudios señalan

# Omega 3 obstruye tratamientos de cáncer

Los suplementos de aceite de pescado son consumidos comúnmente por pacientes de cáncer en los EE.UU.

## AGENCIAS

Científicos han encontrado que el aceite de pescado u Omega 3 podría hacer menos efectivos los procedimientos como la quimioterapia en el tratamiento de pacientes con cáncer ya que ayudan a la reagrupación de células cancerosas.

Según los investigadores, el aceite de pescado interfiere con el metabolismo de la quimioterapia y ayuda a que células cancerosas reemerjan después de la terminación del tratamiento.

Por esa razón, los expertos recomiendan que los pacientes eviten consumir cualquier tipo de aceite de pescado, incluyendo pescados como el arenque y la macarela, un día antes y un día después de tener una sesión de quimioterapia.



Los suplementos de aceite de pescado son consumidos comúnmente por pacientes de cáncer en los EE.UU. y otros países como parte de una dieta balanceada o para mejorar su salud.

Pero estudios en los Países Bajos, publicados por la revista JAMA Oncología, han observado que los niveles altos de ciertos ácidos grasos en

la sangre, como los Omega-3, suelen persistir en la sangre de los voluntarios sanos por períodos mínimos de ocho horas y podrían ser la razón por la obstrucción a tratamientos quimioterapéuticos.

Estudios previos también habían revelado una conexión entre ciertos niveles de aceite de pescado y cánceres, como el cáncer de próstata.

## 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**



West Broad Dental

Family & Cosmetic  
Dentistry

Johana Nieto, D.D.S.

Tenemos los mejores  
equipos y tecnología  
dental incluyendo  
radiografía digital.

Ofrecemos servicio de alta  
calidad en un ambiente amable  
donde el bienestar de nuestros  
pacientes es lo mas importante.

PODRÁ SER ATENDIDO EN SU IDIOMA YA QUE  
LA DRA. NIETO HABLA ESPAÑOL.

**Tratamientos dentales  
para toda la familia:**

Rellenos, Extracciones, Dentaduras, Puentes y  
coronas, Tratamiento de encías, Cosmética Dental,  
Implantes, Endodoncia (root canal), blanqueamiento.

**ATENDEMOS  
CITAS DE  
EMERGENCIA**

Aceptamos la mayoría de seguros  
dentales (PPO's) y VA Medicaid.



800 W. Broad St. Suite 304 Falls Church, VA 22046

Estamos ubicados en el nuevo edificio de la oficina postal sobre West Broad St. (Route 7)

Teléfono: **(703) 237 3516**

[www.westbroaddental.com](http://www.westbroaddental.com)



## EL DOCTOR DE NALGAS



ANTES



DESPUÉS

**También especialistas en:**

- Liposucción • Estiramiento de rostro • Aumento, reducción o elevación de senos • Reducción de abdomen • Remodelación de nariz • Cirugía de los párpados
- Implante de barbilla y mejillas • Implante de glúteos • Aumento de pantorrillas • Implante de pectorales para hombres • Inyecciones para las arrugas • Botox • Restylane.

**SE HABLA ESPAÑOL**

**WIDDER**

CENTRO DE CIRUGÍA COSMÉTICA Y PLÁSTICA

**Shlomo Widder, M.D., P.A. (703)506-0300**

8230 Leesburg Pike #630, Vienna, VA 22182

[www.widderplasticsurgery.com](http://www.widderplasticsurgery.com)



Un déficit severo de vitamina B12 puede producir cansancio y debilidad ligados a una anemia perniciosa.

**REDACCIÓN**  
WASHINGTON HERALD

La vitamina B12 es una de varias vitaminas B y se encuentra en productos animales y ayuda al buen funcionamiento del sistema nervioso. La vitamina B12 se encuentra de manera natural en carnes, pescados, huevos y productos lácteos. No la obtenemos de forma natural de los alimentos derivados de las plantas, como frutas, verduras y granos. Para obtenerla de forma adecuada, algunas personas necesitan tomar suplementos vitamínicos o inyectarse vitamina.

Si bien la mayoría de los procedimientos de ciudades médicas reconocen un caso ocasional que se manifiesta con signos y síntomas evidentes, es menos probable que identifiquen a pacientes que poseen un diagnóstico sutil de deficiencia de vitamina B12, donde el diagnóstico es más complicado.

**Quié debe hacer:**  
Si usted tiene uno o más síntomas, póngase una consulta con su

# Una deficiencia más común de lo que usted se cree

## Deficiencia de la vitamina B12

Es muy fácil prevenir o tratar la deficiencia de la vitamina B12, pero los signos y síntomas de esta afección tienden a ser inadvertidos y con frecuencia a pasarse por alto creando un problema grave a su salud.

### Signos y síntomas

La deficiencia de vitamina B12 ocurre de manera muy lenta y sus síntomas aparecen tan gradualmente que pueden ser inadvertidos. Con el tiempo, la deficiencia de vitamina B12 puede causar anemia.

Los síntomas de anemia pueden ser: sentirse débil, cansado y desmayarse; tener palpitaciones; verse pálido y tener dificultad para respirar. La deficiencia de vitamina B12 también puede provocar hormigueo en manos y pies, cambios en la capacidad de caminar, pérdida de la visión, problemas de memoria, ver cosas que no son reales, irritabilidad y cambios en la personalidad. Los bebés y los niños pequeños con deficiencia de vitamina B12 pueden tener problemas de crecimiento, bajo peso muscular, retrasos en el desarrollo y debilidad general.



Una vez cada 31 minutos alguien presenta niveles bajos de vitamina B12.

Grupo de edad	Prevalencia
Edad avanzada (mayor de 65 años)	12.0%
Edad de 45 a 64 años	2.0%
Edad de 25 a 44 años	1.0%
Edad de 15 a 24 años	0.5%
Edad de 5 a 14 años	0.2%
Edad de 0 a 4 años	0.1%

**Quiénes están en riesgo:**  
Las probabilidades de sufrir una deficiencia de vitamina B12 aumentan con la edad, el tipo de dieta, el uso de ciertos medicamentos y el uso de ciertos dispositivos médicos. Los grupos de riesgo son los mayores, vegetarianos y lactantes debido a su mayor necesidad de vitamina B12.

firmados y los alcoholistas. También pueden producirse alteraciones de la visión como la pérdida de la visión periférica o problemas en el análisis en campo de visión de la vitamina B12. Por otro lado, la presencia de una infección crónica de la mucosa gástrica y de la parte terminal del intestino delgado pueden afectar la absorción de la vitamina B12.

Prevención de la anemia por deficiencia de vitamina B12  
Usted puede prevenir la anemia causada por falta de vitamina B12 siguiendo una dieta bien balanceada. Los niveles de vitamina B12 pueden ser altos en la alimentación o en la suplementación. Otros grupos de riesgo son los mayores, vegetarianos y lactantes debido a su mayor necesidad de vitamina B12.



### ¿Tiene usted carnosidad en los ojos?

#### Campaña de operación de carnosidad o Terigeon

El Instituto de Prevención de la Ceguera ha diseñado entre los miembros de la comunidad un alto porcentaje de personas que presentan Carnosidad Terigeon que es un tejido o masa blanca transparente que crece sobre el ojo. Si usted sufre de esta enfermedad en los ojos o sospecha de ello y quiere operarse el Instituto de Prevención de la Ceguera realiza un programa especial de ayuda que le permite acceder a esta operación aportando sólo \$1,200 en comparación con el costo habitual de la operación en forma privada.

La evaluación con el especialista además es gratuita en la Clínica de Manassas 3243 Steeple Square, Manassas VA 20110.

**Sábado 02 de Mayo consultas gratis**  
Llámanos o reserve su cita GRATIS DE EVALUACIÓN y aproveche esta oportunidad. CUPOS LIMITADOS

(703)303-0192 • (703)417-9678 • (703)417-9679 • (703)303-2901

El Instituto de Prevención de la Ceguera es una entidad sin fines de lucro comprometida con la salud visual de la familia hispana.

**Dra. Verónica Enriquez**

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

**Dr. Oscar Dominguez Garcia**

• Aceptamos la mayoría de seguros dentales: Incluyendo Medicaid

• Tratamiento con láser sin necesidad de anestesia

• Atendemos citas de emergencias

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

## Enriquez Dental

Family and Cosmetic Dentistry

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

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

**"Hablamos español"**  
**703-378-4004**  
14102 Sullyfield Circle, #900  
Chantilly, VA 20151

LA BELLEZA NO DEBE SER PRIVILEGIO DE UNOS...

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

**thesiger**  
Plastic Surgery

CENTRO DE CIRUGÍA  
**Plástica & Estética**

• LIPOSUCCIÓN CON LASER  
• AUMENTO DE GLUTEOS, IMPLANTES E INYECCIONES DE GRASA  
• RENOPLASTIA Y RECONSTRUCCIÓN  
• ABDOMINOPLASTIA (TUMMY TUCK)

• LEVANTAMIENTO E IMPLANTE DE MAMAS  
• REJUVENECIMIENTO FACIAL NO QUIRÚRGICO - LIFTING  
• TRATAMIENTO PARA ESTRIAS Y CELLULITIS  
• CONTORNO CORPORAL (CARBOXITERAPIA)

Consultas en Español: (301) 951-8122

5530 Wisconsin Ave Suite 1235 Chevy Chase MD 20815

# Estenosis espinal lumbar estrechamiento doloroso del canal vertebral

## La terapia física alivia dolores de espalda baja

El tratamiento menos riesgoso es viable para pacientes mayores con estenosis espinal lumbar.

### Hung M. Nguyen, D.D.S., P.C.

#### DENTISTA Y COSMÉTICA FAMILIAR

### Cuidado dental de calidad para adultos y niños

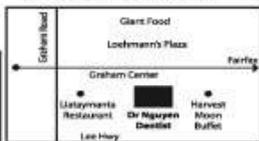
- Chequeo Gratis
- Emergencias y pacientes sin cita son bienvenidos
- Aceptamos la mayoría de planes de seguro y todos los seguros PPO
- Precios especiales para personas sin seguro
- Hacemos Implantes de dientes faltantes

SE HABLE ESPAÑOL  
703-206-9202  
Lunes, martes, miércoles y viernes de 10am a 5pm  
sábado de 9am a 3pm

ATENCIÓN DE EMERGENCIAS  
571-230-6550



7244 Arlington Blvd.  
Falls Church, VA 22042.  
Estamos frente a Loehmann's Plaza



#### HEALTHDAY NEWS

La terapia física puede ser igual de buena que una cirugía para los adultos mayores con un tipo de dolor

crónico de espalda baja, según sugiere nueva investigación.

Entre los tratamientos estándar para la estenosis espinal lumbar están una operación conocida como descompresión quirúrgica y

la terapia física.

Pero esta última es mucho menos invasiva y menos riesgosa que la cirugía.

“Los riesgos de la terapia física son considerablemente menores y sería difícil consi-

derar que cualquiera de ellos es serio”, señaló Delitto, profesor de terapia física y decano asociado de investigación con la escuela de ciencias de la salud y la rehabilitación en la Universidad de Pittsburgh.

## DENTISTA GENERAL en Herndon y Falls Church

PARA NIÑOS Y ADULTOS ACEPTAMOS LA MAYORÍA DE SEGUROS

Lunes a Jueves de 8:00am a 8:00pm Viernes y Sábados de 9:00am a 3:00pm  
Rellenos, Limpieza, Coronas, Implantes, Enfermedad Periodontal y Tratamientos Cosméticos (Veneer, blanqueamientos), Toda clase de Dentaduras, Extracciones, etc.

CONSULTA GRATIS  
\*NO INCLuye RADIOGRAFIA



Reciba hasta el 30% de descuento\*  
\*Aplica para ciertos tratamientos. Para nuevos pacientes.

1110 Elden St. Suite #E108  
Herndon, VA 20170  
(703) 318-7200  
www.bestdentist4you.com

2841 Hartland Rd. #202  
Falls Church, VA 22043  
(703) 663-8859  
www.dentalcenterofmerrifield.com

## 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



## NOVA COMMUNITY HEALTH CENTER

Proporcionando asesoramiento y servicios médicos a los residentes sin seguro del área metropolitana de Washington DC desde 2008.

Somos un equipo de profesionales de la medicina dedicada a proveer exámenes médicos necesarios a las familias con escasos recursos económicos.

#### Horarios 2015 (Sábados)

Abril 25	Julio 25
Mayo 30	Agosto 29
Junio 27	Septiembre 26
Octubre 31	

Registro de 1:00pm a 2:00pm SOLAMENTE.  
La tarifa es de \$ 20 en efectivo **POR PRUEBA** para cubrir los costos administrativos.

Pacientes NO DEBEN consumir alimentos desde 12 horas antes del exámen.

Por favor ayúdenos a continuar nuestra misión mediante la donación a través del enlace: [www.nchcenter.org/donate.html](http://www.nchcenter.org/donate.html)

Todas las donaciones son deducibles de los impuestos y fuertemente agradecidas!

#### Exámen de sangre incluye:

- CBC conteo de sangre completo
- Nivel de Colesterol
- Hepatitis B (free)
- Hepatitis C
- Salud del Riñon e Hígado
- Identificación de Diabetes
- Nivel de la Hormona Tiroidea
- Cuidado de la Próstata. Y más...

Exámen y Vacunación de Hepatitis B GRATIS!



10331 Democracy lane  
Unit# A&B  
Fairfax VA 22030

703-981-2573 (English & Spanish)  
703-772-1682 (English)  
<http://www.nchcenter.org/>  
info@nchcenter.org

Se trata de prevención, no solo de detección

# Reduzca su riesgo de cáncer colorrectal

Usted puede también preguntar acerca de los cambios de estilo de vida que pueden disminuir su riesgo.

INSTITUTO  
NACIONAL DE

**Si alguien** en su familia ha tenido pólipos o cáncer colorrectal, usted necesita empezar a hacerse exámenes de detección antes de los 50 años de edad. . FOTO:PHOTOS

**S**i una prueba de detección pudiera no solo descubrir el cáncer a tiempo sino también evitarlo, ¿tendría usted alguna razón para no hacerse esa prueba?

Todos los exámenes de detección de cáncer que se usan extensamente tienen el objetivo de detectar el cáncer a tiempo, cuando el tratamiento puede tener más éxito. Pero varias pruebas de detección pueden también ayudar a encontrar células anormales que no se han convertido todavía en cancerosas, lo que permite que se extirpen antes de que causen problemas. Las pruebas de detección de cáncer colorrectal, es decir, en el colon y recto, pueden ayudar a detectar formaciones pre-

cancerosas que se llaman pólipos. Al extraer estos pólipos se impide que se conviertan

en cáncer.

Las buenas noticias para los hispanos es que ellos tie-

nen una incidencia más baja de cáncer colorrectal que la mayoría de los grupos raciales o étnicos de los Estados Unidos

Hay varias opciones efectivas de exámenes de detección para cáncer colorrectal, lo que significa que usted puede encontrar una prueba que se ajusta a su riesgo, a sus preocupaciones y a su nivel de conveniencia. Al saber sus opciones, puede ser más fácil para usted que pida más información a su doctor.

Análisis de sangre oculta en heces (FOBT), también conocido como prueba fecal.

Colonoscopia y sigmoidoscopia: Para estas pruebas, un doctor usa un tubo luminoso y flexible para revisar físicamente el colon y extirpar cualquier crecimiento anormal.

En la sigmoidoscopia se revisa la mitad inferior del colon (el colon sigmoide). La parte inferior del colon debe limpiarse antes de la sigmoidoscopia, pero la preparación

es menor que para una colonoscopia. Por lo general no necesita sedantes para una sigmoidoscopia. Las pautas actuales recomiendan que la gente con riesgo promedio de cáncer colorrectal se haga una sigmoidoscopia cada 5 años (con análisis de sangre oculta en heces cada 3 años).

Análisis del ADN. En agosto de 2014, la FDA aprobó la primera prueba de detección en materia fecal que detecta la presencia de glóbulos rojos y mutaciones del ADN que pueden indicar la presencia de ciertos crecimientos anormales que pueden ser cánceres, como cáncer de colon, o precursores de cáncer.

**90%**  
de las  
personas  
se curan con  
cirugía

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

**GERMANTOWN**

Se habla  
español

Urology Center

Los resultados medicos que tú necesitas. La relación personal que tú quieres.

**CENTRO DE ALTA CALIDAD**

- Eliminación de piedras en el Riñon y la Vejiga sin cirugía.
- Problemas de Próstata: cancer, agrandamiento de la próstata, cirugía con laser para problemas de la próstata.
- Tratamientos para la impotencia sexual masculina sin cirugía.

CITAS EL MISMO DIA  
DISPONIBLES  
LLAMANDO PRIMERO.

**VIAGRA  
O CIALIS  
GRATIS**  
\*Con consulta

Con una Vasectomía sin bisturí el sábado, puede estar de regreso al trabajo el lunes.

**Tratamos la eyaculación precoz**

**DR. ALLEN A. FARSAII** Atendemos Sábados de 8am - 2pm

**Germantown Urology Center**  
20629 Boland Farm Road, Germantown, MD 20876

**301-428-3040**



**ADVENTIST UROLOGY CONSULTANTS**

**UNA CLINICA DE ALTA CALIDAD!**

**CITAS EL MISMO DIA!!!**

**VIAGRA  
O CIALIS  
GRATIS**  
\*Con consulta.

- Tratamientos para combatir la impotencia sexual masculina SIN CIRUGIA.
- Tratamos la EYACULACION PRECOZ!
- Tratamos todo tipo de problemas de la Próstata - Cirugía con Láser.
- Eliminación de piedras en el Riñon y la Vejiga.



Se habla español!

**Dr. Allen A. Farsaii**

**831 University Blvd. East**  
Suite 36A (Tercer piso)  
Silver Spring, MD 20912

**301-431-7515**



## Pediatras de Springfield

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

**Los mejores Pediatras  
en el área**

**Venga y lo ayudaremos  
con la salud de su hijo**

- Atendemos a niños recién nacidos hasta los 21 años de edad, chequeos médicos, vacunas, comportamiento del niño
- Aceptamos la mayoría de seguros médicos, incluso Medicaid.

**5502 Backlick Road**  
**Springfield, VA 22151**

Disponibles horarios en la  
noche y fines de semana

**703-642-8306**

## 8 SALUD

**POR LA DOCTORA  
LORENA RIVEROS**  
Optometrista



## ¡CUIDADO! EL MAQUILLAJE PUEDE DAÑAR SUS OJOS



*Visionary Ophthalmology*

*El cuidado más avanzado y completo para su visión*

301-896-0890

**P**ara muchas mujeres, el maquillaje se ha convertido en algo necesario para poder relacionarse con su entorno social. El maquillaje logra resaltar de manera estética ciertas zonas del rostro, ya sea los ojos, los labios o las mejillas. Muchas mujeres también usan de manera regular el maquillaje para ocultar las arrugas que se han formado en su rostro.

Desafortunadamente, se ha comprobado que el uso excesivo e inadecuado del maquillaje puede provocar diversas afecciones en el rostro, como es el caso del acné y la dermatitis. Asimismo, se ha visto que el maquillaje produce hipersensibilidad en la piel del rostro.

Además de estos problemas, un estudio realizado por la Fundación Rementería, en España, encontró que el maquillaje puede dañar gravemente la salud de los ojos, en especial, en aquellas mujeres que usan rímel para delinear



sus pestañas. La investigación estudió a 100 mujeres españolas que fueron encuestadas sobre el uso de maquillaje y los efectos secundarios que habían padecido en su rostro, en especial, los ojos.

Al analizar la información se encontró que una de cuatro mujeres reconoció que el maquillaje le había producido irritación en los ojos, además de que vieron afectada su visión.

Esta situación es grave, ya que 8 de cada 10 mujeres indicaron que más de 3 veces a la semana se maquillan los ojos, elevando el riesgo de que su visión se afecte. Al respecto, el profesor Javier Hurtado, encargado de dirigir el estudio, indica que el uso regular de maquillaje "puede tener consecuencias a largo plazo en el ojo, sobre todo en un ojo más sensible".

Los problemas que puede

traer el maquillaje a la visión incrementan en las mujeres que usan lentes de contacto, ya que el maquillaje favorece las infecciones en el ojo. Hurtado señala que las molestias que puede provocar el maquillaje en mujeres que usan lentes de contacto abarcan desde la más leve que es "la intolerancia a los lentes hasta favorecer infecciones, que en los portadores de lentes de contacto son mucho más gra-



Al desmaquillarse durante muchos años se desarrolla más laxitud en el párpado, creando "párpados caídos" y la piel se arruga más".

ves, por una bacteria que se llama pseudomona, que a veces son muy difíciles de tratar y que pueden dejar cicatrices en la córnea".

Otro aspecto relevante del estudio fue que la mitad de las mujeres usaban delineador dentro de las pestañas. Esta forma de delinear las pestañas es grave ya que puede propiciar la irritación de los ojos y la aparición de la conjuntivitis. Hurtado argumenta que en las mujeres que se maquillan por dentro de las pestañas los ojos están "más expuestos a molestias, enroje-

cimiento, conjuntivitis tóxica o intolerancia a las lentes de contacto".

Aunque a primera vista, el estudio se enfoca con los efectos adversos que provoca el maquillaje en los ojos, el texto indica que algunos productos para retirar el maquillaje también pueden lastimar la piel de los párpados y afectar el lagrimeo de los ojos: "al desmaquillarse durante muchos años se desarrolla más laxitud en el párpado, la piel se arruga más, y puede que el párpado se estire hacia fuera o hacia dentro o incluso que aparezcan bolsas", argumenta el profesor Hurtado.

Ante esta situación, el estudio recomienda que las mujeres lean con detenimiento la composición del cosmético, ello con el fin de ver los riesgos que puede producir el maquillaje en la piel y en los ojos. Asimismo, es importante que las mujeres revisen los efectos adversos que pueden provocar los productos para quitar el maquillaje.

# Dermalaser Aesthetic Center

8121 Georgia Ave. Silver Spring, MD 20910. Suite 102.

301-585-0008

**Estiramiento Facial con  
Laser \$500.00**

**Eliminación de Venas  
con Laser  
\$200.00**

**Reducción de  
Medidas/Celulitis  
\$400.00 OFF!**

**Eliminación de Vello y  
Tatuaje con Laser  
50% OFF!**



**Tratamientos de laser para:**

- Reducción de medidas
- Eliminación de Celulitis
- Eliminación de Manchas
- Eliminación de Tatuajes
- Estiramiento Facial/Arrugas
- Eliminación de Venas
- Eliminación de Vello
- Microdermoabrasión
- Laser Facial
- Acné

