



EDICIÓN LI

EDICIÓN DICIEMBRE

GALENOS

MAGAZINE

WWW.GALENOSEL.SALVADOR.COM

Feliz navidad
y Próspero Año Nuevo

2020



CONTENIDO



03 SALUDO



04-05
LA PÓLVORA



06-07
"SARCOMA"



08-09
FIESTAS NAVIDEÑAS



10-11
"SIGNOS Y SÍNTOMAS" DEL
"CÁNCER DE RIÑÓN"



12-13
"PIERNAS CANSADAS"



14
CONSEJOS ALIMENTICIOS



15
MUJERES AUTÉNTICAS



16-17
LA FIRMA ELECTRÓNICA.



18-19
CÁLCULOS RENALES



20-21
MASTALGIA



22-23
ENFERMEDADES
GASTROINTESTINALES?



24-28
PUBLICIDAD

Créditos

El contenido de cada uno de los artículos es responsabilidad del médico que lo redacta.

Editores Propietarios



Editora

BR

Diseñador

Chamaleon diseño e impresión

Fotografías realizadas
Foto Estudios El Salvador
Cesar Rosales

Escribenos a

magazine@galenoselsalvador.com

Encuentra tu revista online

www.galenoselsalvador.com

TEL.: 2528-0263

AGRADECIMIENTO ESPECIALES



FAMILIAS:
PENADO MIRANDA
CORTEZ VELASQUEZ
BERRIOS DE GARCIA



La Navidad es ese dulce espacio donde los recuerdos, los abrazos y las risas imperan radiantes. Que en estas fiestas reine en tu casa el amor, la paz y la felicidad. Que el 2020 sea cargado de bendiciones y lleno de salud.

Son los deseos de la familia *Cortez Velásquez*



CLÍNICA ESPECIALIZADA EN ENFERMEDADES RESPIRATORIAS

Dra. Edda Leonor Velásquez de Cortéz
Neumóloga Internista

NEUMOLOGÍA



Atención Especializada:

- Electrocardiografía
- Evaluación Preoperatoria
- Espirometría
- Videobroncoscopia
- Oxigenoterapia Domiciliar

Especialidad en Jóvenes y Adultos:

- Diabetes Mellitus
- Hipertensión Arterial
- Enfermedades de la Tiroides
- Enfermedades Cardiovasculares
- Enfermedades Gastrointestinales
- Enfermedades del Sist. Nervioso

Diagnóstico y Tratamiento de enfermedades respiratorias:

- EPOC
- ASMA
- EPID
- Tos Crónica
- Sinusitis
- Cáncer
- Derrame Pleural
- Tuberculosis
- Masa Mediastinales



Estamos localizados en:



Hospital San Francisco, Clínicas Médicas 3er Nivel, Local 23. Avenida Roosevelt Norte, # 408, San Miguel. Teléfono: 2669-7850.



“NO HAY BUENA O MALA PIROTECNIA, NI AUTORIZADA NI NO AUTORIZADA, NI PÓLVORA NEGRA O BLANCA. TODOS LOS PRODUCTOS SON NOCIVOS PORQUE PRODUCEN DAÑO. EL PELIGRO RADICA EN USARLAS”

Dra. Edda Leonor Velásquez de Cortéz

Internista-Neumóloga / Cel.: 7150-3110 Tel.: 2669-7850

LA PÓLVORA Y SUS EFECTOS EN LAS VÍAS RESPIRATORIAS.

La Navidad y Fin de año se visten de alegría, música, encuentros con amigos y familiares, en los que disfrutamos de un buen festín y en el que se despliegan juegos pirotécnicos los cuales nos permiten disfrutar del ruido y colorido de estos, en nuestras familias hay algunos a quienes les gusta manipular elementos con pólvora para amenizar las festividades, pero que tan beneficioso es para nuestra familia, esta celebración produce con frecuencia altas tasas de contaminación ambiental y esto repercute en enfermedades del sistema respiratorio. Para abordar este problema se entrevistó a la especialista Dra. Edda Leonor Velásquez de Cortéz Neumóloga/Internista.

Cuando pensamos en la pólvora y sus efectos lo primero que se nos viene a la mente son las quemaduras, sin embargo, no son las únicas consecuencias que genera la pólvora, pues existen problemas de salud asociados a esta, debido a que se combinan algunos metales para su fabricación, que al inhalarlos pueden afectar las vías respiratorias. Así mismo, el ruido que genera puede provocar lesiones auditivas de gravedad, y alterar el sistema nervioso de personas hipersensibles o en nuestras mascotas.

Abordaremos uno de los aspectos negativos que produce el uso de la pólvora y cómo éste puede incidir negativamente en nuestra salud y en la de nuestros amigos y familiares los cuales si padecen alguna de las diferentes patolo-

gías respiratorias como: El Asma Bronquial, Rinitis, Bronquitis aguda y crónica, fibrosis pulmonar, EPOC, EPID, entre otras afecciones respiratorias; al estar en contacto con esta podrían desarrollar fácilmente episodios de falta de aire (disnea) que podría llevarlos a requerir asistencia de emergencia e incluso ingreso hospitalario. Lo mismo ocurre en las personas con alto componente alérgico, un estímulo derivado del humo de pólvora puede desencadenar una crisis.



La pólvora está compuesta principalmente por nitrato de amonio que contamina el aire en forma de óxido nitroso, tiene clorato de potasio que puede irritar la piel y las vías respiratorias, otro de los componentes de la pólvora es el azufre el cual al ser quemado tiene un olor muy fuerte generando náuseas, dolor de cabeza e irritación de los ojos y de la piel; el resto de compuestos químicos se distribuyen en un grado variable, contiene metales como: El cromo, níquel y litio, que son sustancias tóxicas, y responsables de dar color a los juegos pirotécnicos

La pólvora está construida por compuestos altamente combustibles que generan humo al alcanzar altas temperaturas, luego de una explosión de pólvora permanece un olor penetrante en el ambiente y humo cargado de cenizas y partículas, es inhalado por los observadores y manipuladores de la pólvora; el inhalar los componentes de los productos pirotécnicos ocasionan daños en la mucosa de los bronquios, y esto facilita la penetración de cualquier bacteria al sistema respiratorio.

El humo afecta el tracto respiratorio por la inhalación de micropartículas que se alojan en el tracto bronquial, creando reacciones de hipersensibilidad dentro del aparato respiratorio, en todas las vías respiratorias tanto las altas (cornetes nasales, faringe, laringe) como las bajas (bronquios, bronquiolos). Produciendo inflamación, enrojecimiento de la mucosa, aumento en la producción del moco, y en algunos casos las personas pueden desarrollar un estrechamiento de la luz bronquial (broncoespasmo), esto debido a que la vía respiratoria se irrita, inflama y obstruye. Los pulmones y las vías respiratorias dañadas generan el no ingreso de oxígeno en la sangre, lo que deriva en una falla respiratoria esto puede ocurrir en personas sanas, pero sobre todo los pacientes con patologías respiratorias se verán más afectados y las reacciones serán más severas.

“Si se quema pólvora en un lugar cerrado puede generar algo parecido a la aspiración de dióxido de carbono, humo de los vehículos, al inhalar este humo se producirán síntomas como dolor de cabeza, tos, aumento de la secreción nasal (flujo nasal), picor en nariz y garganta, sensación de ahogo y en los ojos se puede generar irritación, enrojecimiento, lagrimeo”.

Como medidas iniciales en estos casos si se expone se deberá hidratar, alejarse del lugar y buscar donde respirar aire limpio, en los casos de broncoespasmo el uso de inhaladores de rescate está indicado.



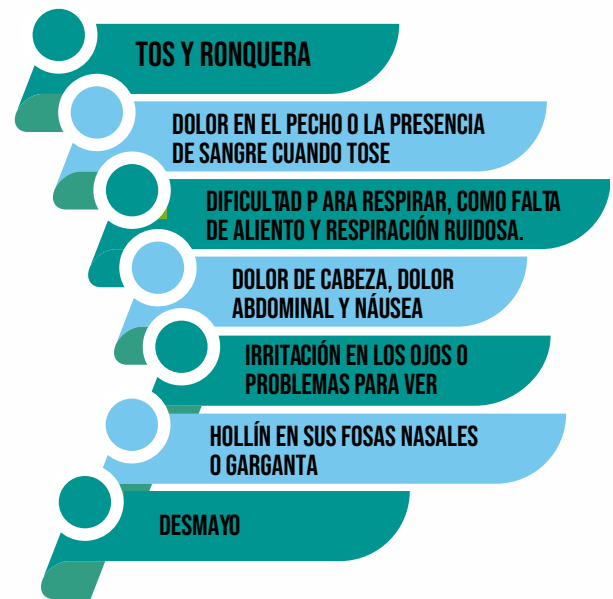
Recomendaciones

Al tener contacto con este humo, la gravedad de la lesión que puede ocasionar en el cuerpo depende del tiempo de exposición, la cantidad y nivel de toxicidad del humo que se inhale, y del estado de salud de la persona.

Si la exposición al humo es intensa y duradera, la toxicidad debido a químicos que se desprenden pueden llegar a alterar muchas funciones biológicas ya que el humo tóxico pasa a través del pulmón a la sangre y de allí a otros órganos.

En una persona sana podría pasar entre 10 y 15 minutos el malestar inicial. En una persona con patología pulmonar podría pasar alrededor de 3 a 7 minutos en iniciar un broncoespasmo.

ALGUNOS DE LOS SIGNOS Y SÍNTOMAS DE INHALACIÓN SON:



Siempre es importante consultar con el Neumólogo para iniciar un tratamiento óptimo.

Importante. ¡¡¡Haz conciencia!!!!

La polución en el ambiente no solo nos afecta abriendo el abanico de enfermedades, sino que modifica las condiciones climáticas y así los procesos regulares de nuestras ciudades.



Los fuegos artificiales liberan gases contaminantes como, por ejemplo, el monóxido de carbono que daña la atmósfera ya que demora entre 2 y 3 días en dispersarse. Si bien esto se da en algunas fechas del año y no todos los días, si incrementa los valores normales de contaminación en el ambiente, puede crecer en un 60 o 70%.

Si bien no son la causa principal de contaminación ambiental, la pirotecnia es uno de los factores que la incrementa. No esperemos a que sea tarde y que la Tierra sea inhabitable. Decidamos con responsabilidad si en estas fiestas usaremos fuegos artificiales. Pensemos empáticamente y recordemos que esos 10 minutos de nuestra diversión podrían afectar enormemente nuestra calidad de vida y la de los demás.

“No hay buena o mala pirotecnia, ni autorizada ni no autorizada, ni pólvora negra o blanca. Todos los productos son nocivos porque producen daño. El peligro radica en usarlos”

"SARCOMA"

EL PAPEL DEL CIRUJANO ONCÓLOGO



LA PRIMERA PRUEBA A REALIZAR PARA DIAGNOSTICARLO ES UNA RESONANCIA MAGNÉTICA NUCLEAR (RMN) DE LA ZONA.

Dra. Karla Presidente de Marroquin

Cirujana Ortopeda y Traumatóloga con sub especialidad en Ortopedia Oncológica y Reconstructiva / Tel.: (503) 7180-6997.

El cáncer es una enfermedad que afecta a la persona en su conjunto y a su entorno a nivel global. Tras el impacto del diagnóstico, empieza una etapa llena de angustia e incertidumbre. La información, el apoyo y los consejos de los profesionales van a ser determinantes en este proceso lleno de dudas y temores. El cáncer puede empezar casi en cualquier lugar del cuerpo humano, el cual está formado de trillones de células. Normalmente, las células humanas crecen y se dividen para formar nuevas células a medida que el cuerpo las necesita. Cuando las células normales envejecen o se dañan, mueren, y células nuevas las remplazan.

Sin embargo, en el cáncer, este proceso ordenado se descontrola. A medida que las células se hacen más y más anormales, las células viejas o dañadas sobreviven cuando deberían morir, y células nuevas se forman cuando no

son necesarias. Estas células adicionales pueden dividirse sin interrupción y pueden formar masas que se llaman tumores.

Qué es un sarcoma?

El mesodermo es una de las tres capas celulares que constituyen el embrión humano alrededor de la tercera semana de gestación, y es el lugar de donde se deriva el tejido mesenquimatoso, que por procesos de diferenciación celular dará origen a un amplio número de tejidos en los organismos: tejido conectivo, óseo, adiposo, cartilaginoso, muscular y hematopoyético. Sarcoma es el término general para los tumores malignos que se originan en estos tejidos. Los sarcomas se dividen principalmente en sarcomas óseos (los

que se originan en hueso) y los sarcomas de las partes blandas (SPB) que incluyen a los que se originan del tejido graso, muscular, tendones, vasos sanguíneos, nervios y de los tejidos profundos de la piel.

La mayoría de los sarcomas no tienen causa conocida. Existen factores de riesgo que pueden incrementar el riesgo de sufrir esta enfermedad, tales como radioterapia previa, exposición a sustancias químicas, susceptibilidad genética, infecciones virales con inmunodeficiencia entre otros.

Tanto los niños como los adultos pueden desarrollar un sarcoma, que puede originarse en cualquier parte del cuerpo. Aproximadamente el 60 % de los sar-

comas comienza en los brazos o las piernas, el 30 % en el tronco o el abdomen, y el 10 % en la cabeza o el cuello. El sarcoma es poco frecuente y representa alrededor del 1% de todos los casos de cáncer en adultos. Sin embargo, el sarcoma en general, representa aproximadamente el 15 % de todos los casos de cáncer en los niños.



Papel del cirujano Oncólogo en el Diagnóstico de Sarcoma.

La mayoría de sarcomas se presentan como una masa que con-

tiene células que imitan o remedian el tejido del cual se originan y dependiendo de que tan exacta o no sea la imitación, así se clasifican en bien diferenciado o bajo grado, diferenciación intermedia o grado intermedio y mal diferenciado o alto grado. El grado de diferenciación celular le dará las características del nivel de agresividad, que estará relacionada a la capacidad de destrucción o invasión local, a su recurrencia después de extirpado y a la capacidad de dar siembras a distancia (metástasis).



Cualquier masa o bulto de tejido blando palpable debe ser evaluada cuidadosamente, sobre todo cuando su tamaño es mayor a 5 centímetros, está localizada profundamente y el paciente es consciente de su crecimiento rápido. Inicialmente la masa suele ser indolora (no duele), sin embargo, cuando los tumores aumentan de tamaño el dolor puede manifestarse, ya que la masa hará presión sobre los músculos y las terminaciones nerviosas y, en algunos casos, puede llegar a comprimir los órganos que rodean la zona afectada.

Si la masa se encuentra en el interior del abdomen, el paciente puede estar asintomático hasta que el tumor ha crecido notablemente.

Cuando un paciente es captado o referido a un cirujano oncólogo por sospecha de la existencia de un sarcoma, la primera prueba a realizar para diagnosticar-

lo es una resonancia magnética nuclear (RMN) de la zona. Esta prueba confirmará si el paciente tiene un tumor y aportará información como las características del tumor o la afectación a órganos cercanos.



Si los resultados de la RMN advierten de la existencia de un tumor, la prueba definitiva para confirmarlo es la biopsia. Es fundamental hacerlo antes de extirpar el tumor, pues la intervención quirúrgica variará si se trata de un tumor benigno o maligno.

Si la biopsia confirma que es un tumor maligno, se recomienda realizar una tomografía axial computarizada (TAC) del tórax para descartar diseminación o metástasis en el pulmón.



Básicamente el tratamiento dependerá de la presencia o no de metástasis. Si el sarcoma está localizado la cirugía es la principal opción y consiste en la extirpación del tumor incluyendo tejido sano a su alrededor con el objetivo de garantizar márgenes libres de tumor, esto incluye en extremidades preservación de la extremidad con técnicas de reconstrucción ósea y de partes blandas o una amputación para asegurar márgenes libres.

Además de la cirugía se toma en consideración el uso complementario de Radioterapia y Quimioterapia. La primera para eliminar los restos microscópicos del tumor y evitar que reaparezca en el mismo lugar y la segunda para disminuir el riesgo de que el tumor derive en metástasis. Su administración sólo se justifica en sarcoma de partes blandas de alto grado y tamaño que están localizados en las extremidades. Si el tumor es de menor grado o está ubicado en otra parte del cuerpo, la quimioterapia no es efectiva.



Cuando el paciente con sarcoma presenta metástasis, la mayoría de veces pulmonares, la opción de reseca la metástasis quirúrgicamente se considera siempre y cuando el tiempo transcurrido entre el tratamiento del SPB y la aparición de metástasis es de un año o más. Si el intervalo es de pocos meses, la metástasis es múltiple o crece muy rápido y el paciente tiene otra enfermedad pulmonar asociada, la cirugía no es eficaz. Cuando la cirugía no es una opción, el tratamiento de elección es la quimioterapia con el objetivo de detener el crecimiento del tumor.

Indiscutiblemente el paciente oncológico debe ser manejado de forma multidisciplinaria: El Cirujano oncólogo es un eslabón en esta cadena de subespecialidades médicas involucradas que se complementan para afinar diagnóstico y tratamiento.



TODOS PODEMOS DESARROLLAR EN ALGÚN MOMENTO CUALQUIER ENFERMEDAD, LA ÚNICA FORMA DE PREVENIR ES CHEQUEÁNDONOS A TIEMPO ASÍ ENFATIZO LA ESPECIALISTA.

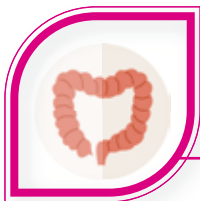


Dra. Laura Castro

Cirujano Coloproctólogo

Tel.: (503) 2510-5732 / Cel.: (503) 6157-2815

El síndrome de intestino irritable afecta entre el 6 y el 8% de la población, sobre todo a mujeres entre 20 y 40 años. Con la llegada de la Navidad, época de grandes comilonas, vino y licores. Y con estos atracones navideños, suelen ser habituales las digestiones pesadas, la acidez o los problemas gástricos. Para conocer sobre esta enfermedad se entrevistó a la especialista en Colon y Ano Dra. Laura Castro.



¿Cómo puede saber una persona, si padece síndrome del intestino irritable?

La presencia constante de síntomas digestivos como dolor abdominal, gases, hinchazón abdominal tipo gestante, pesadez estomacal, distensión abdominal, diarreas, estreñimiento, calambres son algunos de los síntomas que caracterizan este trastorno.

¿Cuáles son los Síntomas.

01

DOLOR ABDOMINAL, CÓLICOS O HINCHAZÓN QUE SUELEN ALIVIARSE DE FORMA TOTAL O PARCIAL AL EVACUAR LOS INTESTINOS

02

EXCESO DE GASES

03

DIARREA O ESTREÑIMIENTO; A VECES, EPISODIOS ALTERNADOS DE DIARREA Y ESTREÑIMIENTO

04

MUCOSIDAD EN LAS HECES

Fiestas Navideñas & COLON IRRITABLE.

La mayoría de las personas con síndrome del intestino irritable tiene momentos en los que los signos y síntomas son peores y oportunidades en las que mejoran o, incluso, desaparecen por completo.



¿Por qué se desarrolla el colon irritable?

➤ **Contracciones musculares en el intestino.** Las paredes del intestino están revestidas por capas de músculo que se contraen a medida que trasladan los alimentos a lo largo del tubo digestivo. Las contracciones más fuertes y que duran más tiempo de lo normal pueden causar gases, hinchazón y diarrea. Las contracciones intestinales débiles pueden enlentecer el paso de los alimentos, lo que provoca que las heces sean duras y secas.

➤ **El sistema nervioso.** Las anomalías en los nervios del aparato digestivo pueden causar una molestia mayor que la normal cuando el abdomen se estira debido a los gases o las heces. Las señales mal coordinadas entre el cerebro y el intestino pueden hacer que el cuerpo reaccione de manera exagerada a los cambios que normalmente tienen lugar en el proceso digestivo, lo que genera dolor, diarrea o estreñimiento.

- **Inflamación intestinal.** Algunas personas con síndrome del intestino irritable tienen una cantidad mayor de células del sistema inmunitario en el intestino. Esta respuesta del sistema inmunitario se asocia con dolor y diarrea.
- **Infección grave.** El síndrome del intestino irritable puede presentarse después de un episodio grave de diarrea (gastroenteritis) que se produce a causa de bacterias o de un virus. El síndrome del intestino irritable también puede asociarse con un exceso de bacterias en el intestino (crecimiento excesivo de bacterias).
- **Alteraciones en las bacterias del intestino (microflora).** La microflora son las bacterias «buenas» que habitan en el intestino y que cumplen una función clave en el mantenimiento de la salud. es importante enfatizar que la microflora de las personas con síndrome ya que puede variar en relación con la microflora de las personas sanas.



¿Cuáles son los desencadenantes de esta enfermedad?

Alimentos. La función de la alergia o intolerancia alimentaria, provoca el síndrome del intestino irritable. Sin embargo, muchas personas tienen síntomas que empeoran cuando consumen ciertos alimentos y bebidas, como trigo, productos lácteos, frutas cítricas, frijoles, repollo, leche y gaseosas.

Estrés. La mayoría de las personas que sufren, tienen signos y síntomas que empeoran o son más frecuentes durante períodos de mayor estrés. Sin embargo, si bien el estrés puede agravar los síntomas, no es la causa.

Hormonas. Las mujeres son dos veces más propensas a padecer, lo que podría indicar que los cambios hormonales influyen. Muchas mujeres descubren que los signos y síntomas son peores durante sus períodos menstruales o cerca de estos.



¿Cómo se diagnostica?

Como especialista recomiendo varias pruebas, incluso análisis de heces, para detectar infecciones o problemas en la capacidad del intestino de absorber nutrientes de los alimentos. También realizo otros exámenes para descartar otras causas: cáncer de colon, divertículos, pólipos, enfermedades celiacas.

Sigmoidoscopia flexible. Acá se examina la parte inferior del colon (sigmoide) con un tubo flexible iluminado (sigmoidoscopia).

Colonoscopia. Se usa un tubo flexible pequeño para examinar la longitud total del colon.

Enema Baritado: Es un examen radiológico del intestino grueso (recto, colon y ciego) ayuda en el diagnóstico del cáncer de colon y recto, y en enfermedades inflamatorias como la colitis ulcerosa y le enfermedad de Crohn. También detecta pólipos, divertículos y alteraciones generales del intestino grueso.



¿CÓMO PODEMOS PREVENIRLO?

- Comer despacio y masticar bien los alimentos.
- Hacer una dieta pobre en grasas y rica en proteínas.
- Evitar comidas copiosas. Son preferibles comidas más frecuentes y menos abundantes.
- Eludir alimentos que desencadenan los episodios de dolor abdominal.
- Aumentar el consumo de alimentos ricos en fibra.
- Utilizar suplementos de trigo, mezclado con líquidos o alimentos.
Si predomina la diarrea, evitar los derivados de lácteos, café, té y chocolate. Recomiendo la leche de almendras
- Realizar 30 minutos diarios de ejercicio físico suave, como caminar o nadar.
- Procurar mantener un horario fijo de comidas e intentar evacuar siempre a la misma hora y sin prisas, preferiblemente después del desayuno. Eso ayuda a aliviar el dolor abdominal que algunos pacientes presentan.
- Evitar en la medida de lo posible situaciones que produzcan nerviosismo
- Recomiendo que practiquen técnicas de relajación para combatir el estrés.



¿QUÉ ES EL CÁNCER DE RIÑÓN?
¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS QUE SE PUEDEN PRESENTAR?
¿CÓMO PODEMOS PREVENIRLO?
¿CUÁLES SON LOS TRATAMIENTOS?

Dr. David Otoniel Sánchez Hernández

Cirujano Oncólogo

Tel. 2661-2450 / Emergencias: Cel. 7885-8822

“SIGNOS Y SÍNTOMAS “ DEL CÁNCER DE RIÑÓN

Todas las personas tienen dos riñones, que están ubicados sobre la cintura, a ambos lados de la columna. Estos órganos con forma de frijol y de color marrón rojizo tienen el tamaño aproximado de un puño pequeño. Se encuentran más cerca de la parte posterior que de la parte anterior del cuerpo.

Los riñones filtran sangre para eliminar las impurezas, el exceso de minerales y sales y el exceso de agua. Por día, los riñones filtran aproximadamente 200 cuartos de galón de sangre para generar dos cuartos de galón de orina. Los riñones también producen hormonas que ayudan a controlar la presión arterial, la producción de glóbulos rojos y otras funciones corporales.

Aunque la mayoría de las personas tienen dos riñones, cada uno funciona de manera independiente. Eso significa que el cuerpo humano puede funcionar con menos de un riñón completo. Con la diálisis, un proceso de filtración mecanizado, es posible vivir sin riñones funcionales. La diálisis puede realizarse a través de la sangre, denominada hemodiálisis, o mediante la cavidad abdominal del paciente, denominada diálisis peritoneal.



¿Qué es el cáncer de riñón?

Es cuando las células sanas de un riñón o de ambos cambian y crecen sin control, y forman una masa llamada tumor cortical renal. Hay diferentes tipos de cáncer, ejemplo: un tumor maligno es canceroso, lo que significa que puede crecer y diseminarse a otras partes del cuerpo. Un tumor indolente también es canceroso, pero este tipo de tumor raramente se disemina a otras partes del cuerpo. Un tumor benigno significa que el tumor puede crecer, pero no se diseminará. Cada paciente es un caso.



Tipos de cáncer de riñón:

Carcinoma de células renales. Es el tipo más frecuente en adultos, y representa hasta 85 % de los diagnósticos. Este tipo de cáncer se desarrolla en los túbulos renales proximales que forman el sistema de filtración de los riñones. Cada riñón tiene miles de esas diminutas unidades de filtración. Las opciones de tratamiento dependerá de la localización del tumor y de ello dependerá de hacer una cirugía que conserve parte del riñón o haya que quitar todo el riñón.

Carcinoma urotelial. Este también se denomina carcinoma de células de transición. Representa del 10 % al 15 % de los cánceres en adultos. Comienza en la zona del riñón en la que se acumula la orina antes de pasar a la vejiga, denominada pelvis renal. Este tipo de cáncer se trata como el cáncer de vejiga debido a que ambos tipos de cáncer empiezan en las mismas células.

Sarcoma de riñón ocurren raramente. Este tipo de cáncer se desarrolla en los tejidos blandos del riñón, en la capa delgada de tejido conectivo que rodea al riñón, llamada cápsula, o en la grasa circundante. El sarcoma suele tratarse con cirugía. No obstante, el sarcoma generalmente reaparece en la zona del riñón o se disemina a otras partes del cuerpo. Es posible que se recomiende más cirugía o quimioterapia después de la primera cirugía.



¿Cuáles son los síntomas que se pueden presentar?

Las personas con cáncer de riñón pueden experimentar los siguientes síntomas o signos. A veces, no manifiestan ninguno de estos cambios. O bien la causa de estos síntomas puede ser otra afección médica que no sea cáncer.

- SANGRE EN LA ORINA.
- DOLOR O PRESIÓN EN EL COSTADO O LA ESPALDA.
- UNA MASA O BULTO EN EL COSTADO O LA ESPALDA.
- HINCHAZÓN DE LOS TOBILLOS Y LAS PIERNAS.
- PRESIÓN ARTERIAL ALTA.
- ANEMIA, ES DECIR, RECuento BAJO DE GLÓBULOS ROJOS.
- FATIGA.
- PÉRDIDA DEL APETITO.
- PÉRDIDA DE PESO SIN RAZÓN APARENTE.
- FIEBRE QUE CONTINÚA REGRESANDO Y QUE NO SE DEBE A UN RESFRIADO, UNA GRIPE NI OTRA INFECCIÓN.
- EN LOS HOMBRES, EL DESARROLLO RÁPIDO DE UN GRUPO DE VENAS AGRANDADAS, CONOCIDO COMO VARICOCELE, ALREDEDOR DE UN TESTÍCULO, EN ESPECIAL EL TESTÍCULO DERECHO, PUEDE INDICAR LA PRESENCIA DE UN TUMOR RENAL GRANDE.

— **Tumor de Wilms.** Es más frecuente en los niños y recibe un tratamiento diferente al del cáncer de riñón en adultos. Este tipo de tumor tiene muchas más probabilidades de responder satisfactoriamente a la radioterapia y la quimioterapia que los otros tipos de cáncer de riñón cuando se combinan con cirugía. Esto ha originado un abordaje diferente del tratamiento.

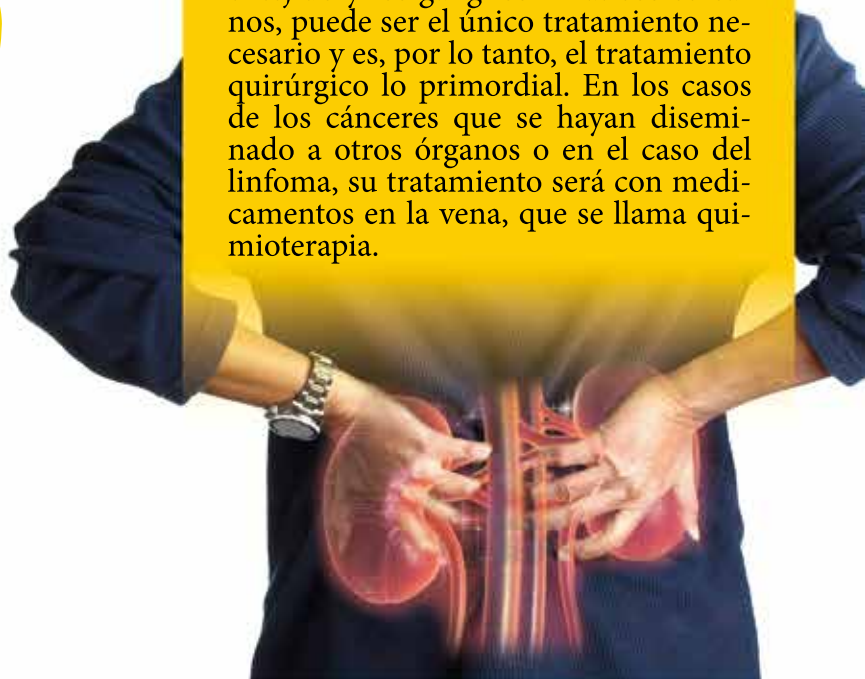
— **Linfoma.** Puede agrandar ambos riñones y se asocia con los ganglios linfáticos agrandados, lo cual se denomina linfadenopatía, en otras partes del cuerpo, incluido el cuello, el pecho y la cavidad abdominal. Raramente, el linfoma renal puede aparecer como una sola masa tumoral en el riñón y puede incluir ganglios linfáticos regionales agrandados. Si existe la posibilidad de un linfoma, es posible que el médico realice una biopsia y le recomiende hacer quimioterapia en vez de cirugía.



¿Cuáles son los tratamientos?

Cirugía

La cirugía es la extirpación del tumor y parte del tejido circundante sano durante una operación. Si el cáncer no se ha diseminado fuera de los riñones, la cirugía para extirpar el tumor, parte del riñón o el riñón entero, y posiblemente el tejido y los ganglios linfáticos cercanos, puede ser el único tratamiento necesario y es, por lo tanto, el tratamiento quirúrgico lo primordial. En los casos de los cánceres que se hayan diseminado a otros órganos o en el caso del linfoma, su tratamiento será con medicamentos en la vena, que se llama quimioterapia.





VENOCENTER

DR. JUAN CARLOS VALENZUELA

HACER EJERCICIO CON REGULARIDAD PARA MEJORAR LA CIRCULACIÓN. CAMINAR AL MENOS MEDIA HORA AL DÍA, O HACER BICICLETA.

“PIERNAS CANSADAS” INSUFICIENCIA VENOSA

Uno de cada tres adultos tiene habitualmente de piernas cansadas. Varices, pesadez, sensación de hormigueo, picor, pigmentación, calambres, dolor, hinchazón, flebitis (inflamación de una vena) y úlceras en las piernas son algunos de los síntomas y signos que ocasiona la insuficiencia venosa crónica (IVC), también conocida como síndrome de las piernas cansadas. Así nos compartió el director médico de Venocenter Dr. Juan Carlos Valenzuela.



¿qué es la insuficiencia venosa?

Esta alteración circulatoria se debe al mal funcionamiento de las venas de las piernas que retornan la sangre al corazón venciendo la fuerza de la gravedad. En este viaje de regreso intervienen unas válvulas, que

forman parte del sistema venoso y que impulsan la sangre hacia el corazón gracias al bombeo que ejercen los músculos de las piernas. Cuando fallan estas válvulas se produce una insuficiencia venosa crónica, esto es, aumenta la presión sanguínea en las venas, se debilitan sus paredes y se dilatan. Esta alteración puede llegar a producir complicaciones graves, como hemorragias, ulceraciones y varicoflebitis (una modalidad de trombosis venosa que puede producir embolias pulmonares).

¿Cuáles son los síntomas?

- Aparición de varices
- Pequeñas venas azuladas debido a la pérdida de elasticidad de las venas.
- Dolor, pesadez de piernas y cansancio.
- Picor y hormigueo en las piernas.
- Calambres musculares.
- Inflamación, principalmente en los tobillos.

Esta patología es conocida comúnmente como el “**mal de las piernas cansadas**”, ya que el dolor, la pesadez y los calambres, son síntomas que generan un cansancio extremo, como si el afectado corriera una maratón todos los días.

¿Qué causa esta enfermedad?



Edad: Es el principal factor de riesgo. Con la edad se producen cambios estructurales en la pared venosa que facilitan el mal funcionamiento de las válvulas de retorno venoso.



Sexo: El segundo factor son las ormonas. La insuficiencia venosa predomina en las mujeres.



Peso: Aquellas personas con sobrepeso u obesidad tienen mayor riesgo de padecer insuficiencia venosa.



Llevar una vida sedentaria: No hacer ejercicio y cuando se permanece de pie o sentado largos períodos de tiempo.

Tratamiento para la Insuficiencia Venosa.

En la actualidad, la insuficiencia venosa no tiene cura, por lo que los tratamientos son preventivos y sintomáticos, para evitar los factores de riesgo y mejorar los síntomas:

Medidas compresivas: la compresión elástica disminuye el diámetro de las venas, favoreciendo el retorno venoso. Mejoran los síntomas, reducen el edema y retrasan la evolución de la insuficiencia venosa. Están indicadas para todas las personas con problemas venosos excepto en aquellos con isquemia, fallo cardíaco y flebitis. La terapia de compresión puede ser elástica, pero también inelástica o de compresión. Siempre consultar con un profesional.

Escleroterapia: Consiste en la inyección intravenosa de una sustancia irritante para producir una lesión controlada de manera que se cierre la vena. Esta técnica va asociada a compresión elástica.

La Cirugía: La técnica quirúrgica se utiliza en el caso de varices evolucionadas o con complicaciones.

Tratamiento farmacológico y fítoterápico: El uso de medicamentos y complementos alimenticios a base de plantas, tienen como objetivo aliviar los síntomas y disminuir la inflamación edema (acumulación de líquidos bajo la piel) que se puede ocasionar con la insuficiencia venosa.

A todas nuestras pacientes hacemos hincapié en:

- Evitar permanecer sentado o de pie por períodos de tiempo muy prolongados. Les recomiendo mover ligeramente las piernas de manera periódica o caminar al menos un minuto cada hora.
- Evitar el sobrepeso y la obesidad.
- Hacer ejercicio con regularidad para mejorar la circulación. Caminar al menos media hora al día, o hacer bicicleta.
- Usar medias de compresión para mejorar el flujo sanguíneo en las piernas.
- Alimentación: evitar los fritos, dulces, alcohol y el consumo excesivo de sal.
- No permanecer mucho tiempo en ambientes con alta temperatura.
- Evitar la ropa o el calzado muy ajustado como cinturones, pantalones apretados o botas, y los tacones altos o los zapatos totalmente planos.
- Piernas arriba. Para mejorar el funcionamiento de las venas, elevar las piernas por encima del nivel del corazón.
- Beber mucha agua y controlar la sal que ingerimos ya que el exceso de ella nos hace retener líquidos en nuestro cuerpo.



Dr. Stanley Antonio Alvarado Hernández

Ginecólogo, Obstetra y Oncólogo

Tel. : 2661-8313

CONSEJOS ALIMENTICIOS PARA PACIENTES ONCOLÓGICOS ES ESTA NAVIDAD.

Un año más se nos va de las manos, con experiencias vividas al máximo así les recomiendo a mis bellas pacientes que vivimos la vida. Ya que el presente es un regalo y el futuro una sorpresa. En esta edición les quiero compartir algunos cuidados que debemos tener en la alimentación en estas fiestas.



¿Antes de iniciar una terapia les advierto de cómo afectara, el cáncer en la alimentación?

La enfermedad y la terapia pueden modificar el sentido del gusto del paciente. Se suelen percibir de forma alterada la temperatura de los alimentos, el olor y el sabor, menor sensibilidad para el sabor dulce y mayor del salado y amargo.

Además, cada paciente presenta unas reacciones adversas distintas ante el tratamiento oncológico: vómitos, diarreas, estreñimiento, xerostomía



¿Por qué es importante la alimentación durante un cáncer?

Tanto los pacientes como los familiares deben saber que una correcta alimentación minimiza las complicaciones digestivas, mantiene un buen nivel de defensas, permite cumplir el tratamiento en el periodo establecido y, como consecuencia, mejora la calidad de vida del enfermo.



¿Cuáles son los principales riesgos alimenticios durante esta enfermedad?

Un factor que tienen en común muchas de las personas que lo padecen es la desnutrición, y su manifestación más habitual, la malnutrición proteico-calórica y las deficiencias en vitaminas y minerales. Como consecuencia de este déficit nutricional, se puede producir una alteración en el sistema inmune o intolerancias a terapias neoplásicas.

¿Cómo podemos evitar la desnutrición?

Para evitar una posible desnutrición, y como cuidados generales nutricionalmente, podemos seguir algunas recomendaciones:

- Fraccionar la dieta: realizarse desde seis hasta 10 comidas, porque es preferible hacer pequeñas comidas así el cuerpo vaya digiriendo los alimentos.
- Variar la dieta: comer distintos tipos de verduras y modificar la forma de cocinarlas.
- Consumir más pescado que carne: Reforzar la ingesta de legumbres: son una fuente importante de fibra y se pueden comer cocidas, en ensaladas o combinadas con arroz.
- Beber abundantes líquidos: especialmente agua entre las comidas. Y para recuperar las sales minerales perdidas, es recomendable el consumo de sueros de rehidratación oral. Además, se pueden beber licuados, bebidas vegetales como zumos, cremas de verduras, yogur batido e infusiones.
- Evitar acudir en ayunas a los tratamientos: excepto en los casos que le indiquen lo contrario.
- Junto a la alimentación les recomiendo: el ejercicio diario, siempre en la medida de lo posible, y eso sí, evitando esfuerzos, especialmente los días que el paciente se encuentre muy bajo de energía, el día del tratamiento o días posteriores.
- Buen ambiente y en compañía. Importante como la comida es el lugar y la compañía. Elegir ambientes relajados y agradables, sin ruidos y distracciones. Evitemos comer solo.

Aunque enfatizo en la importancia de la alimentación, se vale pecar en estas fechas tan especiales en nuestras vidas. Les dejo la mejor receta con el sello de autorizado. Disfruten de sus seres amados, compartan esa comida que se hace con la mejor sazón de amor y calidez que solo la familia les puede dar. Feliz Navidad y Próspero año nuevo les desde lo más profundo de mi corazón.



REAL AEROPUERTO
EL SALVADOR

María del Carmen García Ramírez

Mujer/madre/profesional/Gerente de Mercadeo & Ventas/**futura coaching woman.**

Este artículo, va más allá de hablar sobre el papel que actualmente tenemos las mujeres en el ámbito laboral, es también un homenaje a todas aquellas microempresarias, directivas, amas de casa en fin los distintos roles que nos toca desarrollar. A través de esta entrevista queremos decirles a las mujeres que los sueños se pueden alcanzar con esfuerzo y dedicación. Les compartimos un poco sobre la vida Carmen Ramírez gerente de mercadeo de Hotel Quality



QUIEN ES CARMEN

Soy una mujer de 54 años, cristiana, agradecida y bendecida por Dios y las oportunidades que me brinda día a día. Crecí en Soyapango cuidada y adoptada por unos tíos, que me dieron una familia y me enseñaron lo que ellos consideraron importante para que enfrentara la vida. Soy una mujer alegre, me gusta compartir con la gente, que sea feliz, me gusta aprender todos los días algo diferente, disfrutar del día desde que inicia hasta que finaliza, sonrió todo el tiempo y me encanta conversar con la gente y sobre todo si veo oportunidad de que algo bueno pueda surgir de cada persona y eso me da satisfacción plena.



¿CUÁNDO INICIO MI CARRERA HOTELERA?

En 1996 inicié en el hotel Intercontinental como secretaria de finanzas, y cuando vi lo dinámico del mundo hotelero me enamore, pedí la oportunidad de incursionar en ventas y se me brindó. Fue genial conocer gente de otros países, no había descubierto que la gente es mi pasión, el servicio al cliente y ahora llamado el marketing relacional, es maravilloso. Mis inicios de la época y luego construyeron el hotel en el aeropuerto y vieron en mí lo que yo aún no tenía claro, el potencial de los contactos y de aperturar un hotel eso fue un reto pero que abre un mundo de posibilidades. No fue fácil, pero con gente mágica siempre a nuestro lado y la guía divina se pudo. En 2004 se abre el hotel Comfort Inn de San Miguel y apoyamos la apertura, en 2006 inicié el hotel Comfort Inn de La Unión. Apertura y búsqueda de nuevos clientes, solo resumo que han sido proyectos titánicos que ahora rinden su fruto. Todo esto me formó, ha dejado huella, enseñanzas, en total mucho aprendizaje. Pasaría hablando de cada aventura, pero solo puedo resumir que en la hotelería "Todos los días no son iguales", son muy dinámicos, y hasta sorprendivos, te suben la adrenalina y hacen que tu energía fluya, siempre damos lo mejor.



¿CÓMO DECIDE INICIAR ESTUDIOS UNIVERSITARIOS?

En 2011 conversando con un grupo de amigos, que nos animaron a concretar carreras universitarias, pues dije que nunca había iniciado y que me daba temor, especialmente por las matemáticas, pero me lance y con la ayuda de muchos ángeles que Dios puso en mi camino, incursione a mis 47 años inicié la carrera de mercadeo, fue fantástico, compartir experiencias y aprender de un mundo donde es tan cambiante, me gusto fueron 7 años de sacrificio, pero puedo decir vale la pena, actualizarse, dinamizarse, y me gustaría continuar con una maestría. Renovarse es lo mejor que le puede pasar a un ser humano.



¿QUÉ AMO DE LA VIDA?

Amo a Dios, de Él viene todos los regalos y detalles. Al quedarme sin mis padres y divorciada, decidí entregarle mi vida y le pedí que me sorprendiera siempre y que se hiciera cargo de mí y mis hijos. Amo mi familia somos nueve miembros ya tengo dos nietos bellos que son mi alegría, ver florecer a todos y a la manera de Dios es lo que más amo y agradezco de una manera infinita. Amo conocer personas cada día y convertirme en puente para lograr conexiones que rindan frutos positivos y estos abran puertas a los demás.



COACHING PARA LA VIDA Y PARA AYUDAR A MUJERES ES LO QUE QUIERO SER.

¿Cómo es esto? bueno en un seminario conocí a Jackye Sandoval quien capto mi atención con su enfoque y trayectoria profesional dije para sí, quiero ser como ella, la aborde me presente y le pedí que se convirtiera en mi mentora. Quiero modelarla, convertirme en una mejor versión de mí cada día y desarrollar emprendimientos apoyando a mujeres a descubrir sus potenciales para que se den cuenta que no hay límites. Actualmente estoy tomando una certificación de Coaching Practitioner que me abre las puertas para ingresar a un mundo de posibilidades para construir un presente mejor y darle un significado a cada día para que valga la pena este viaje en esta tierra.



PROYECTOS A FUTURO.

Creer en mi carrera hotelera, me gusta mucho la operación hotelera. luego continuar con las etapas para convertirme en coaching para ayudar a mujeres de mi país especialmente del interior que necesitan darse cuenta que hay mas mundo que su mundo actual, que se descubran su potencial y los dones por si mismas para construir una mejor vida para ellas y su entorno, ese es mi sueño.

COMO DESCRIBO A MI BELLO EL SALVADOR.

21 mil kilómetros cuadrados, 6,500 millones de personas acá en este terruño que ha sido llamado como el país de la sonrisa, el país de los trabajadores y que nos levantamos ante cualquier adversidad. Así me gustaría que fuéramos reconocidos en todo el mundo. con gente bonita que posee una sonrisa de esperanza, cálidos amables y con proyección de futuro emprendedor.

El Salvador con riqueza natural, lugares mágicos, de hermosos colores, conectividad envidiable, tenemos todo en un territorio que debemos valorarlo, amarlo, cuidarlo y hacerlo crecer desde mi metro cuadrado es lo que más anhele. Bello y orgullo de nacer en esta patria del azul y blanco.



El Salvador ya cuenta desde el año 2015 con una Ley de Firma Electrónica, la cual entró en vigencia desde el año 2016, y de ese año el Ministerio de Economía ha realizado esfuerzos por dar a conocer los beneficios que trae para el país utilizar la firma electrónica, dado que más de un tercio de la población utiliza el servicio de internet para realizar compras o solicitudes en línea desde otros países y tramites gubernamentales.

A finales del año 2014 en el mundo ya existían más de 3 mil millones de usuarios de internet, y debido a ese alto potencial después de siete años en discusión al fin se



A FINALES DEL AÑO 2014 EN EL MUNDO YA EXISTÍAN MÁS DE 3 MIL MILLONES DE USUARIOS DE INTERNET,



LA FIRMA ELECTRÓNICA.

Por Carlos Mauricio Miranda Rubio/Abogado
carlos.miranda@mirandarubioasociados.com

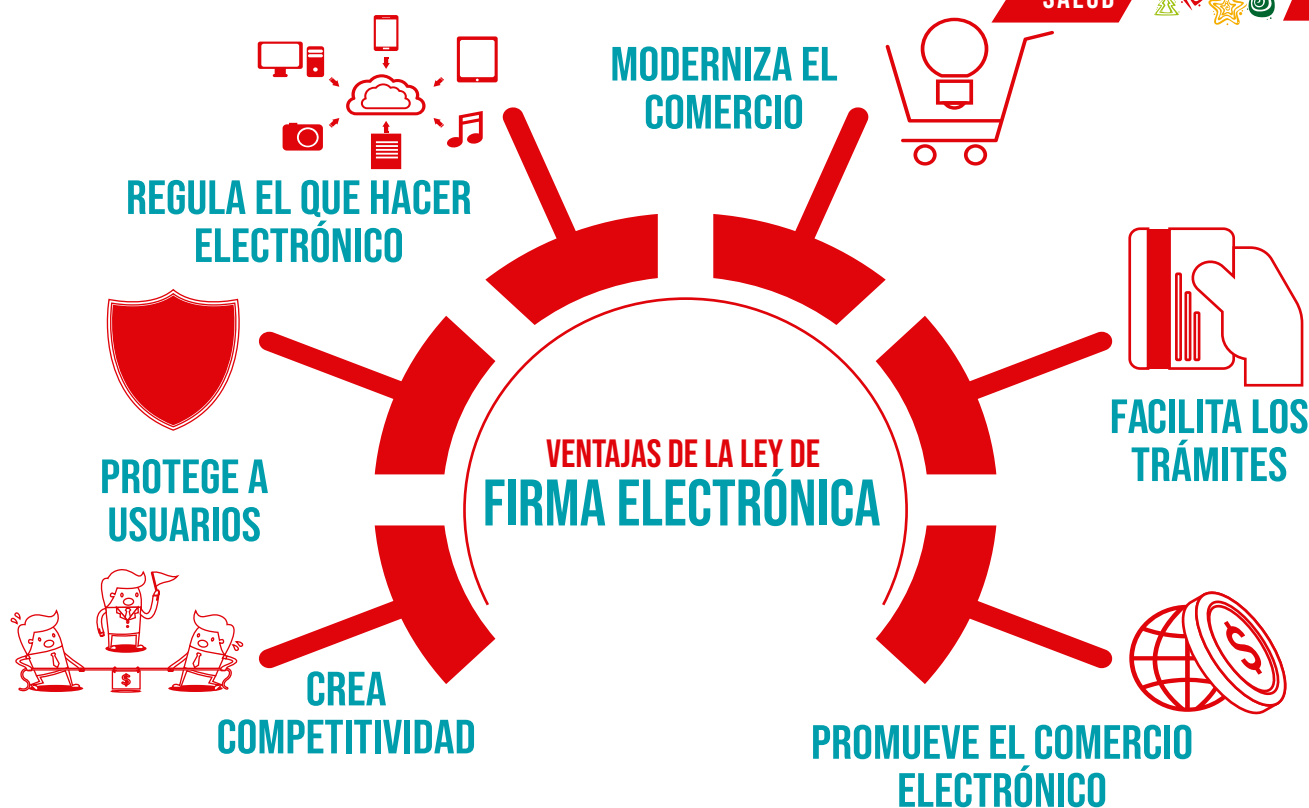
pudo entrar a ese mundo globalizado, desde que se presentó el primer proyecto de ley.

Los ámbitos mas favorecidos son el comercio electrónico, es decir, la compra de productos y servicios a través de medios electrónicos que se publicitan y escogen a sus consumidores por ese medio, pero el problema radica en como tener certeza de que se está haciendo negocios con la persona que recibe el dinero y ofrece los productos, fuera de horas hábiles y días de descanso.

La solución es sencilla, ya que la firma electrónica se equipara o tiene la misma función de la firma autógrafa, y le da valor a los documentos que vemos a través de las pantallas de nuestros teléfonos móviles o el computador.

Así también los diversos servicios gubernamentales y la industria requieren la necesidad contar con una firma electrónica para darle validez a los





trámites que se requieren en los documentos tradicionales, como un simple pago por servicios.

Se distinguen cuatro formas de comercio electrónico en su uso:

1. Las empresas que venden al público.
2. Empresas que hacen negocios entre ellas.
3. Empresas que venden a Instituciones gubernamentales.
4. Personas o consumidores que venden y compran entre ellos.

Otro de los beneficios es la auditoría ciudadana a los gobernantes a través de los servicios que permiten reducir el tiempo de un trámite u obtención de documentos, y permite al ciudadano ahorrarse hacer largas filas y seguir un trámite engorroso, o no asistir per-

sonalmente para participar en licitaciones o autorizaciones, y finalmente fortalece la colaboración interinstitucional que elimina gradualmente el uso de memorándums u oficios por escrito.

No obstante, es una situación novedosa desde antes de su vigencia existían antecedentes sobre todo en la importación de mercaderías, eliminando barreras burocráticas, como por ejemplo declarar las mercancías anticipadamente, pago de impuestos, remisión electrónica de permisos o certificados de origen que simplificaba las operaciones aduaneras, facilitando el pago de impuestos.

Sin embargo, para hacer uso de la firma electrónica se requiere de un certificado electrónico de autenticidad de datos personales que vinculan al usuario, el cual es otorgado por el Ministerio de Economía a través de la Unidad de Firma Electrónica.

nica, cuya protección requiere de mayor garantía sobre la información, el cual puede extenderse a personas naturales, sociedades y funcionarios públicos.

Aunque existen desafíos dado que aquellos actos o contratos que la legislación aun considera que deba realizarse mediante la autorización por notarios y formalidades (leyendo íntegramente el documento), para que tengan validez ante registros públicos como las propiedades inmobiliarias o los vehículos, o ante instituciones financieras como los cheques, vales o pagarés, y que a la fecha necesariamente siguen teniendo como requisito que la firma sea puesta por el puño y letra de la persona, ya que son situaciones que aun no pueden ser abarcadas por la ley de firma electrónica, y se vuelve un reto pendiente para volvernos más competitivos en el ámbito del comercio internacional.



Dr. Ricardo Antonio Pineda Álvarez

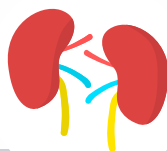
Cirujano Urólogo

Tel.: (503) 2226-1506 / Cel.: (503) 7885-7279

¿POR QUÉ APARECEN LOS CÁLCULOS RENALES?

Se estima que entre el 10 y 15% de la población puede tener litiasis renal, quienes presentan distintos síntomas según la ubicación y el tamaño del cálculo.

Los cálculos renales o litiasis renales son piedras que se forman en el riñón a partir de sustancias que son parte de la orina y que el propio riñón elimina. Pueden ser tan pequeñas como un grano de arena o de varios centímetros y las razones por las que se producen son varias. En su aparición influyen factores genéticos, ambientales y hábitos alimenticios. “La baja ingesta de líquido es el factor más importante en el origen del problema. De hecho, las personas que habitan zonas áridas o con altas temperaturas tienen más probabilidades de producir cálculos”, indica el especialista **Dr. Ricardo Antonio Pineda Álvarez cirujano urólogo. Además.** “Los cálculos están compuestos de diferentes minerales como calcio, oxalato, ácido úrico y otros, que se acoplan para formar estructuras de diversos tamaños y formas”.



¿Cuáles son los síntomas y las causas?

Los cálculos renales pueden provocar diferentes síntomas, dependiendo del tamaño, composición y situación dentro del aparato urinario:

Litiasis asintomática: muchos cálculos no producen síntomas, o bien éstos se descubren por casualidad mientras se están formando, a través de un análisis de orina. Suelen ser cálculos que, por su pequeño tamaño, pueden pasar desapercibidos.

Cólico nefrítico: es el proceso más frecuente causado por los cálculos urinarios y se produce cuando uno

de ellos causa un taponamiento de la salida de orina desde el riñón. Esto provoca un dolor intensísimo que aparece típicamente en la zona renal (espalda baja) y se extiende hacia la porción anterior del abdomen y a los genitales. El dolor sube y baja intermitentemente y el paciente no encuentra ninguna postura que le alivie. En muchas ocasiones aparecen náuseas, vómitos, sudoración profusa e hinchazón abdominal. Casi nunca provoca fiebre.

Dolor lumbar: en ocasiones, el dolor de los cálculos es menos aparente. Suele ser fijo y continuo en la zona

lumbar, que es la que recubre los riñones. Este dolor se puede confundir con los dolores de huesos y articulaciones de origen reumático.

Hematuria: significa que la orina contiene sangre. Puede ser visible a simple vista (hematuria macroscópica) o, por el contrario, apreciarse únicamente mediante un análisis microscópico (microhematuria). La hematuria aparece debido a las pequeñas heridas que produce la piedra a su paso por el interior de los órganos afectados. A veces es su única manifestación.

Infecciones de orina: hay un grupo de cálculos que son consecuencia de unas infecciones renales especiales y que sólo se manifiestan por la aparición de infecciones, ya sea de la vejiga (cistitis) o del propio riñón.



¿Cómo se diagnostica?

- ▶ Análisis de sangre o de orina
- ▶ Pruebas por imágenes
- ▶ Análisis de los cálculos expulsados.



¿Cómo podemos prevenirlos?

- ▶ Tomar mucha agua en el día.
- ▶ Consumir menos alimentos ricos en oxalatos
- ▶ Elegir una dieta con bajo contenido en sal y proteínas animales
- ▶ Consumir alimentos ricos en calcio.

¿Qué tratamientos recomienda, para eliminarlos?

En la mayoría de los cálculos renales pequeños no requieren un tratamiento invasivo. es posible que se puedan expulsar:

Bebiendo agua. Tomar entre (1,9 a 2,8 litros) por día puede ayudar a limpiar el aparato urinario. Hasta producir una orina transparente o casi transparente.

Analgésicos. Puede provocar cierta molestia, pero alivian el dolor.

Terapia médica. Es un medicamento para ayudarte a expulsar el cálculo renal, conocido como «alfabloqueante», relaja los músculos del uréter y ayuda a expulsar el cálculo renal más rápido y con menos dolor.

01

En los cálculos grande el procedimiento es diferente, para expulsarlos porque producen sangrado, daño en el riñón o infecciones permanentes de las vías urinarias. Pueden requerir un tratamiento más exhaustivo.

02

Aplicar ondas sonoras para romper los cálculos. Es una técnica medica muy utilizada en la actualidad.

La cirugía por supuesto, para extraer los cálculos muy grandes. Un procedimiento llamado «nefrolitotomía percutánea» consiste en la extracción quirúrgica de un cálculo renal mediante instrumentos y telescopios pequeños que se introducen a través de una pequeña incisión que se realiza en la espalda.



URÓLOGO | **Dr. Ricardo Antonio Pineda**

Hospital Ramón y Cajal, Madrid, España
Ex-Jefe de Residentes de Urología, Hospital Rosales



- Medicina y Cirugía de vías urinarias, riñones, úteres, vejiga, genitales externos
- Infertilidad e impotencia sexual masculina
- Tratamiento incontinencia urinaria femenina

- Vasectomía
- Tratamiento endoscópico de cálculos urinarios (sin herida)
- Video-Endoscopia diagnóstica de las vías urinarias
- Diagnóstico y tratamiento precoz del cáncer de próstata

CONDominio CLÍNICAS MÉDICAS, 25 AV. NORTE #640, 1a. No. 15, FRENTE AL HOSPITAL PRO FAMILIA

Teléfonos: 2226-1506 // 2523-5900 // Fax: 2225-8873

www.medicosdeelsalvador.com/doctor/rapineda

email: rapineda.a@gmail.com



Dra. Cristina María Machuca

Mastóloga, Ginecoobstetra, Ultrasonografista
Tel.: (503) 2661-8313 / Cel.: (503) 7190-0117

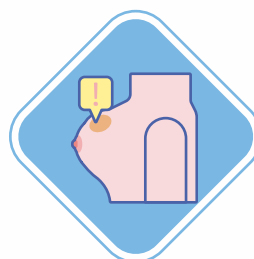


MASTALGIA (DOLOR EN EL SENO)



¿Qué es la mastalgia?

Es un dolor en el seno y generalmente se clasifica como cíclica (asociada con los periodos menstruales) o no cíclica. El dolor no cíclico puede venir del seno o de algún otro lugar, como cerca de los músculos o articulaciones, y se puede sentir en el seno. El dolor puede variar de incomodidad menor a dolor incapacitante severo en algunos casos. Muchas mujeres con mastalgia se preocupan más de las consecuencias del cáncer que del dolor mismo.



¿Cuáles son las causas del dolor?

La causa más frecuente es la mastalgia cíclica, también llamada displasia mamaria. No constituye una enfermedad en sí, sino que es una respuesta de la mama al estímulo de los estrógenos (hor-



¿Debo preocuparme?

Muchas mujeres sufrimos dolor de pecho en algún momento de nuestra vida. ¿Pero realmente que es, debemos preocuparnos? Aunque es un síntoma muy común, debemos consultar con nuestro especialista el origen del ¿Por qué? .Para abordar el tema se entrevistó a la especialista Dra. Cristina Machuca Ginecóloga / Mastóloga



mona femenina), la cual sufre variaciones a lo largo del ciclo menstrual. El dolor se acentúa más en la etapa previa a la menstruación, suele ser bilateral (en ambas mamas) y se da predominantemente en la parte superior, cerca de las axilas. Existen casos en los que el dolor es muy intenso, en ellos se indican complejos vitamínicos o comprimidos anti estrógenos, que en algunos casos atenúan los síntomas. Pero recomiendo estudios para descartar otros diagnósticos.

Es importante mencionar que algunas pacientes pueden tener (Quistes). Lo primero que hay que señalar es que en general el dolor de las mamas es un síntoma que no es una enfermedad de riesgo para la mujer. Igualmente se recomienda realizar una consulta con el especialista de modo preventivo. En ella se examinará a la paciente y de acuerdo a lo evaluado, se solicitará eventualmente una ecografía mamaria, si es mayor de 40 años, una mamografía, a fin de descartar alguna enfermedad grave.

- Retención de agua, lo cual puede suceder durante su período.
- Lesión en la mama.
- Embarazo.
- Lactancia materna (amamantar).
- Una infección en el seno.

Una mujer que durante toda su vida realizó los controles periódicos indicados no debería llegar nunca a este estadio sin que su médico lo haya detectado previamente.

Una confusión frecuente: duele el músculo, no la mama

Muchas pacientes jóvenes que hacen deporte consultan por dolor de mamas cuando en realidad lo que duele es el músculo. Ambas mamas se apoyan sobre el pectoral mayor, músculo que se utiliza para todos los movimientos del tronco superior y los brazos. Por ejemplo, deporte como el tenis, vólibol o realizar aparatos en el gimnasio, implican un movimiento forzado de los brazos y trabajan el pectoral.



¿Cuáles son los tratamientos para controlar el dolor?

Existen diferentes tratamientos para el dolor de mama, dependiendo de la causa

- ✓ Utilizar un sostén de apoyo.
- ✓ Tomar medicamentos recetados para el dolor como lo indica el médico.
- ✓ Evitar la cafeína.
- ✓ Usar menos sal.
- ✓ Tomar vitamina E o vitamina B6.
- ✓ Tomar una “píldora de agua” (diurético).

¿El dolor puede ser síntoma de cáncer?

Es muy raro que la mama duela si la paciente tiene cáncer ya que esta enfermedad es silenciosa, es decir, no tiene síntomas. De aquí la importancia de los controles anuales. Si produce dolor es porque ya se encuentra en un estadio avanzado, donde produce daños en los tejidos adyacentes, como por ejemplo la piel.



Dr. José Napoleón Ventura Blanco.
Gastroenterólogo de Gastro-Center
Tel.: (+503) 2637-0117 / (+503) 7682-1817

¿QUÉ SON LAS ENFERMEDADES GASTROINTESTINALES?

Las enfermedades gastrointestinales son aquellas que atacan el estómago y los intestinos; en general, son ocasionadas por bacterias, parásitos, virus y ciertos alimentos, aunque algunos medicamentos también pueden provocarlas. Para conocer sobre ellas se entrevistó al especialista **Dr. Napoleón Ventura Gastroenterólogo.**

Las enfermedades gastrointestinales son todas aquellas patologías que afectan los órganos que conforman el aparato digestivo. Son muy frecuentes y es posible que todas las personas hayan sufrido alguna vez.

El estómago es un órgano hueco formado por músculos encargado de triturar los alimentos que se ingieren. Está recubierto por la mucosa gástrica que protege las capas profundas del estómago de los ácidos gástricos agresivos. La gastritis es una de las afecciones más comunes y sucede cuando la mucosa gástrica se inflama y se irrita.

Existen otras molestias en las que los médicos sugerimos realizar una endoscopia digestiva alta o gastroscopia, un procedimiento que permite ver el aparato digestivo por dentro mediante un instrumento tubular flexible y examinar la mucosa del esófago, el estómago hasta el duodeno.



¿Quiénes tienen mayor riesgo de enfermarse?

- NIÑOS MENORES DE 5 AÑOS
- ADULTOS MAYORES
- MUJERES EMBARAZADAS
- PERSONAS CON ENFERMEDADES CRÓNICAS
- PERSONAS QUE COMEN EN LUGARES CON MALA HIGIENE



¿Cuándo se indica una endoscopia?

- **SOSPECHA DE HEMORRAGIA DIGESTIVA ALTA.**
- **DOLOR ABDOMINAL AGUDO O CRÓNICO.**
- **REFLUJO.**
- **INTOLERANCIA ALIMENTICIA.**
- **DIARREA CRÓNICA.**
- **DISPEPSIA, SENSACIÓN DE MALA DIGESTIÓN CON NAUSEAS, ARDOR, HINCHAZÓN Y DOLOR DE ESTÓMAGO.**
- **DISFAGIA, DIFICULTAD PARA TRAGAR LOS ALIMENTOS.**
- **AFAGIA, IMPOSIBILIDAD DE DEGLUCIÓN DE LOS ALIMENTOS.**



La Gastroscofia

Permite hacer un diagnóstico mediante el examen ocular directo o tomando una muestra de biopsia, o descartar que el dolor abdominal se deba a una causa en el aparato digestivo. Se trata de un procedimiento ambulatorio que demora entre cinco y diez minutos y cuyos riesgos son prácticamente inexistentes.



temor de todos los que sufren dolores abdominales es llegar a tener una úlcera. El Dr. Ventura explica que una úlcera es cuando se lastima la mucosa y atraviesa la capa gástrica. Puede presentarse por un dolor epigástrico continuo, a nivel de la boca del estómago, que se puede dar de noche o de día, la sospecha de la úlcera indica una endoscopia.

Pero también la úlcera puede presentarse en forma de complicaciones, como hemorragia digestiva o perforación en la pared gástrica, que representa uno de los dolores más agudos a nivel abdominal.

Los dos principales responsables de la aparición de una úlcera gástrica o en el duodeno son la ingesta de antiinflamatorios, como ibuprofeno, diclofenac, aspirina o aspirineta, y la infección por helicobacter pylori, una bacteria que no causa síntomas, pero que puede generar gastritis o, en pacientes pre-dispuestos, incluso un tumor.



¿Cómo podemos evitarlas?

- **NO COMER EN LA CALLE.**
- **LAVAR LAS MANOS ANTES DE COMER. ADEMÁS, LAVAR LAS MANOS ANTES Y DESPUÉS DE IR AL BAÑO.**
- **DESINFECTAR FRUTAS Y VERDURAS .**
- **TOMAR AGUA HERVIDA O EMBOTELLADA.**

GASTROENTERÓLOGO



ENDOSCOPISTA

EXPERTOS EN SALUD DIGESTIVA

J.V.P.M. 10058

Dr. José Napoleón Ventura Blanco

Gastroenterólogo - Endoscopista

Especialista en:

- Enfermedades Digestivas
- Detección temprana de Cáncer Gástrico y de Colon
- Tratamiento terapéutico de varices esofágicas
- Reflujo gastroesofágico gastritis
- Hígado graso y cirrosis
- Úlceras, Gastritis

- Estreñimiento, Colitis
- Colangio pancreatografía retrógrada endoscopia
- Enfermedad del tracto digestivo superior e inferior
- Enfermedades hepáticas, vías biliares y páncreas
- Endoscopia diagnóstica y terapéutica
- Colonoscopia diagnóstica y terapéutica



CONSULTAS:

Lunes - Viernes:

8:00 a.m. a 6:00 p.m.

Sábados:

8:00 a.m. a 12:00 m.d.





Dr. Stanley Alvarado

Ginecólogo Oncólogo

CENTRO
INTEGRAL
ONCOLÓGICO
DE LA MUJER

Especialista en Cáncer de mama,
Cáncer de cuello uterino,
Endometrio,
Ovario

EXPERIENCIA CERTIFICADA

- Ginecología y Obstetricia: Hospital Materno Infantil 1o de Mayo ISSS
- Hospital Universitario Vall de Hebron, Barcelona, España
- Ginecología Oncológica: Hospital Médico Quirúrgico y oncológico ISSS

Final 9 Av Sur Edificio Médico La Paz Sexto Nivel, Local N 6, San Miguel, El Salvador

Tel: (503) 2661- 8313, Emergencias: 7160-9058



DRA. CRISTINA MARÍA MACHUCA MOLINA

Mastologa - Ginecoobstetras - Ultrasonografista

- Ultrasonografía Obstétrica primer, segundo y tercer trimestre.
- Consulta de enfermedades de mamas benignas y malignas.
- Control de embarazo.

- Biopsias de mama
- Ultrasonografía pélvica.
- Consulta ginecológica.
- Cirugías de mama, útero y ovarios

Lunes a Viernes:
8:00 a.m. - 12:00 m.
2:00 p.m. - 5:00 p.m.

Sábado:
8:00 a.m. - 12:00 m.

Edificio Médico La Paz, sexto nivel, local 6-2, San Miguel

dra.cristinamachuca@gmail.com

7190-0117

2661-8313

DR. JAIME E. PÉREZ GUERRERO

ANESTESIOLOGO-ALGIÓLOGO-TANATÓLOGO



J.V.P.M 5379
POSTGRADO CMN
20 de Noviembre
ISSSTE México DF

Manejo de Técnicas
de Anestesia

- Bloqueos con Ozono
- Bloqueos Analgésicos
- Neuroestimuladores
- Radiofrecuencia

EMERGENCIA 24 HORAS

HORARIO DE CONSULTAS

Lunes a Viernes
8:00 a.m a 10:00 a.m
3:00 p.m a 6:30 p.m

Sábado por Cita
9:00 a.m a 1:00 p.m

Clínica Para Tratamiento Del Dolor DIRECCION: Pasaje Dordelly N° 4438 Colonia Escalón, San Salvador Tel: (503) 2263-7354 Fax (503) 2264-5975



jcvalenzuela@hotmail.com

DR. JUAN CARLOS VALENZUELA

CIRUJÍA, LAPAROSCOPIA, ECOGRAFÍA, ENDOSCOPIA DIGESTIVA

- Cirugía por video Laparoscopia de vesícula biliar, reflujo, obesidad, etc
- Cirugía de tiroides, mamas y hernias
- Tratamiento de arañas y várices con láser
- Ultrasonido diagnóstico e intervencionista
- Endoscopia, colonoscopia y colangiopancreatografía retrógrada endoscópica

Hospital y Clínicas San Francisco 4o Nivel No 47, San Miguel, El Salvador, C.A.. Tel: (503) 2635-0330 (503) 2669-8101



Dra. Karla Geraldine Presidente de Marroquín

JVPM 10317

- Cirugía de tumores musculoesqueléticos (Primarios o secundarios)
- Preservación de extremidades y reconstrucción compleja de tipo oncológico.
- Tratamiento de fracturas en adultos y niños
- Tratamiento de lesiones deportivas
- Viscosuplementación de artrosis

Col. Escalón, Calle Juan Jose Cañas y 81 Av. Sur, Block # 8, Clínica No. 1, 3º Nivel, Torre Hospital de la Mujer
Tel.: 2213-1960 • 2264-8643



Especialista en Enfermedades
de colon, recto y ano.

Dra. Laura Castro Médico Cirujano Coloproctólogo

Servicios

- Anoscopia.
- Sigmoidoscopia. (colon izquierdo).
- Colonoscopia (colon completo).
- Hemorroides.
- Fisuras y úlceras anales.
- Dolor Anal.
- Fistulas y abscesos anales.
- Enfermedad pilonidal.
- Colgajos cutáneos.
- Prolapso rectal.
- Estreñimiento.
- Diarrea crónica.
- Síndrome del colon irritable (colitis).
- Verrugas Anales.
- Cáncer de colon.
- Cáncer de recto.
- Cáncer de ano.
- Manejo de Diverticulosis.
- Enfermedad inflamatoria intestinal (CUCI) y enfermedad de Crohn.

Tel: (503) 2510 - 5732 (503) 6157 - 2815

Centro Comercial Villas Españolas, local 7B

CLÍNICA DEL CÁNCER



La prevención, diagnóstico y tratamiento del cáncer es nuestro objetivo

◀ NO LO ESPERE MÁS, EL CÁNCER PODEMOS EVITARLO ▶

◀ Cabeza y Cuello

- Tiroides
- Paratiroides.
- Cavidad Oral
- Glándula Salival
- Laringe
- Nasofaringe
- Piel Cabelluda.



◀ Aparato Digestivo

- Cáncer de Esófago
- Estómago
- Hígado
- Vías Biliares
- Páncreas
- Intestino Delgado
- Colón
- Recto
- Ano.



◀ Aparato Genitourinario

- Cáncer Renal
- Glándula
- Suprarenal
- Ureter
- Vejiga
- Próstata
- Testículo
- Pene.



◀ Aparato Ginecológico

- Cáncer de Cervix
- Endometrio
- Ovarios
- Vagina
- Vulva
- Tumores de mama.

◀ Piel y Anexos, Tejidos Blandos, Huesos

- Cáncer de Piel
- Melanoma Maligno
- Tumores de Partes Blandas
- Huesos.



◀ Tumores de Origen Primario Desconocido.



Cirujano Oncólogo
Dr. David Otoniel Sánchez Hernández
Post/Grado de Cirugía Oncológica en
El Hospital de Oncología del Centro Médico
Nacional "SIGLO XXI" del Instituto Mexicano.

CITAS: 2661-2450, EMERGENCIAS: 7885-8822 CORREO: sanchezotoni@hotmall.com
Centro de Especialidades, Médicos Santa Gertrudis 9 Av. Sur #201, Bo. La Merced, San Miguel



LABORATORIO DE PATOLOGÍA H&E
DRA. MARCELA BERRIOS DE GARCÍA

SERVICIOS

- ESTUDIOS DE BIOPSIAS.
- ESTUDIO DE CITOLOGÍA.
- ESTUDIO DE CITOLOGÍA EXTRA VAGINAL.
- REALIZACIÓN DE CITOLOGÍA POR ASPIRACIÓN CON AGUJA FINA (CAAF)
- DIRIGIDA POR ULTRASONOGRAFÍA.
- HISTOQUÍMICA CONVENCIONAL.
- INMUNOHISTOQUÍMICA.
- BIOPSIAS POR CONGELACIÓN (SE TRASLADA EQUIPO A SALA DE OPERACIONES).
- CONSULTAS INTERNACIONALES Y CONTROL DE CALIDAD EN ITALIA.



2562-2418

7736-9632

7873-4081

labpatohe@gmail.com

ESTAMOS EN SAN SALVADOR Y SAN MIGUEL.



david_matamoras@yahoo.com

DR. DAVID ERNESTO MATAMOROS B.

Cirujano Ortopeda y Traumatólogo

JVM 10,663

Consultas por la tarde y Sábados por la mañana

Edificio Diagonal, 2. Nivel Local 202 Col. Médica, San Salvador. Tél: 2226-3040, cel: 7160-7718, 7883-0741

Dr. Martínez Irigoyen
Cirujano General y ULP
J.V.P.M. 7978



CIRUGIA POR VIDEOLAPAROSCOPIA

- Apendicitis
- Cálculos de Vesícula Biliar y sus diferentes enfermedades
- Cirugía de Hernias
- Cirugía de Trauma



PEQUEÑAS CIRUGÍAS

- Tratamiento de PIE DIABÉTICO
- Úlceras y heridas infectadas
- Sutura de heridas
- Extirpación de lunares y verrugas
- Extirpación de quistes
- Plastia de uñeros

TRATAMIENTOS CON LASER ND YAG Y FOX III

- Terapia Fotodinámica de Várices de miembros inferiores de todos los tamaños
- Ablación Endovascular de Várices
- Tratamiento de Lipomas (Tumores de Grasa)
- LIPOLASER
- Tratamientos de hongos en uñas
- Eliminación de tatuajes
- Manchas en la piel

EMERGENCIAS
24 Hr

Circulación Laboratorio Vascular, Calle El Mirador #20 Col Escalón, entre 91 y 93 avenida Norte, una cuadra y media arriba de Hotel Crown Plaza. Tel. 25193339, 22632463, 71409723



Fan Page.
Dr. Fernando Javier Martínez Irigoyen Médico - Cirujano



MarFe
Salvamos Tus Pies

Farmacia especializada en Úlceras, Pie Diabético y Várices

Teléfono: 2264-4124

Facebook: Farmacia MarFe

Cos. Escalón, Calle Circunvalación, Edificio Caliven Local 1



SERVICIO

24/7



POLICLÍNICA MÉDICA
SAN JOSÉ

Contamos con:

- Habitaciones privadas con tv y aire acondicionado.
- Servicio de ambulancia las 24 horas.
- Traslados a cualquier parte del país.
- Servicios de enfermería a domicilio.

Unidad radiológica digital

- Cabeza
- Columna y pelvis
- Extremidad superior
- Abdomen
- Torax
- Extremidad inferior y otros
- Estudios especiales

Unidad de ultrasonografía

- Abdominales
- Obstétricas
- Pelvicas
- Mama
- Prostata
- Renal
- Tiroides
- Tejido blando y otros



Servicios médicos

- Consulta externa
- Unidad de terapia respiratoria
- Hospitalización las 24 horas
- Unidad de oxigenoterapia
- Sala de operaciones
- Cirugía general, urología, ortopedia, neurocirugía
- Ginecología, pediatría, neurología, cardiología
- Sala de partos
- Unidad de Eco cardiograma
- Unidad de úlceras y heridas
- Unidad de ultrasonografía
- Toma de gases arteriales
- Unidad de laringoscopia
- Unidad de endoscopia digestiva
- Unidad de fisioterapia y rehabilitación



ESTAMOS UBICADOS EN: CALLE 14 DE DICIEMBRE #4 BARRIO LA CRUZ, EL TRÁNSITO, SAN MIGUEL
TELÉFONO: 2616-1129

ORGANÍZATE DE MANERA TECNOLÓGICA Y PROFESIONAL

CONTAMOS



SEGURIDAD

Los accesos a la plataforma son de forma encriptada, a través de ella garantizamos la seguridad de la información de cada uno de los profesionales.



RESPALDO

En la nube puedes almacenar todo tipo de documentos: JPG, PDF, OFFICE, ETC. Sin límite de almacenamiento.



BENEFICIOS

Trabaja de manera más ordenada, catalogando toda información.



Acceso a la información de los pacientes, desde cualquier parte del mundo, de forma rápida y segura.

EXPEDIENTES MÉDICOS

A través de este novedoso sistema, podrás acceder a todos sus expedientes en forma rápida y segura

CONTÁCTANOS



(+503) 2528-0263



online@galenoselsalvador.com