

La **GUÍA** **M** **EDICIÓN** **14**

Volumen 2 • Edición 14

Reportajes • Consejos • Artículos • Médicos • Hospitales y todo lo que tenga que ver con el Maravilloso Mundo de la Medicina

Julio 2007

El Virus del Nilo



**Proteja
a sus Hijos
del Sol**

**Anemia en
el Embarazo**

Mi mayor preocupación era que mis dientes estaban en forma de conos y algunos más grandes que otros. Yo nunca tenía una razón para sonreír y ultimadamente resultó que me hacia tener una baja autoestima. Cuando vine con el Dr. Dang, me dijo que él podía hacer mi sonrisa pareja y bonita. El tenía razón. Ahora tengo confianza en como luzco y me siento. Esta experiencia me ha permitido tener un mejor panorama en mi futuro. ¡Gracias Dr. Dang!

Kemchele McDaniel



"LV Top Doc"
Hung Dang D.D.S.
www.DrDangDDS.com

Las Vegas **702.221.0783**
REFLECTION DENTAL

Henderson **702.361.0061**
COLUMBIA DENTAL



DIRECTORIO



**Volumen 2 • Edición 14
Julio 2007**

Raúl Aguirre
Publisher / Director General

Jacqueline Aguirre
Publisher/ Executive Editor

Colaboradores/ Columnistas

Dra. Bertha O. Alarcón

Dra. Glaee Valencia

Jackie Aguirre
ILGM

Raymond D. Valencia
Sales Executive



La Guía Médica, es una publicación Mensual especializada en información médica que le puede servir a nuestros lectores como una Guía de Servicios Médicos, y es la primer revista en español del estado de Nevada que va dirigida hacia la comunidad hispana.

La información contenida en esta publicación no tiene por objeto reemplazar la asesoría de un médico. Esta información no se presenta con la intención de diagnosticar problemas de salud o en lugar del cuidado médico profesional. LA GUIA MEDICA renuncia a cualquier responsabilidad derivada de las decisiones que usted tome basándose en esta información. Si tiene problemas de salud persistentes o si tiene más preguntas, por favor, consulte con su doctor o con su proveedor de salud.

El contenido expresado en los anuncios o artículos es estricta responsabilidad de sus autores o anunciantes. Reclamos no serán aceptados después de la impresión.

Toda la publicidad que diseñamos, creamos o producimos para nuestros anunciantes es propiedad exclusiva de LA GUIA MEDICA.

La reproducción de cualquier material publicado en esta revista esta prohibido sin el consentimiento por escrito de la dirección, la cual se reserva todos los derechos.

P.O. Box:
850 S. Rancho Dr. #1004
Las Vegas, NV 89106
Tel: (702) 251-9996
e-mail: laguiamedica@cox.net

EDITORIAL



¡Cuidado con los mosquitos!

El verano es el mes mas esperado por mucha gente debido a las vacaciones. También es el mes de muchos acontecimientos como el 4 de julio, las parrilladas en los parques junto con toda la familia, los juegos al aire libre, los viajes vacacionales, pero también es la temporada de la prevención de los incendios, tiempo de mucho calor,

y tiempo de cuidarnos de el virus del Nilo.

El virus del Nilo es un virus producido a través de la picadura de mosquitos infectados. Ellos por lo general se desarrollan en aguas estancadas, en piletas, en piscinas sin mantenimiento. Aprenda con nosotros a como prevenir este virus y a cuidarse de las picaduras de los mosquitos. Ayudemos a prevenir el virus del Nilo reportando piscinas sin mantenimiento o aguas estancadas. Comuníquese con la oficina de Epidemiología del Condado de Clark al (702) 759-1300.

Juntos podemos evitar este mal.

Si usted tiene algún comentario o pregunta nos puede escribir a **laguiamedica@cox.net** y nosotros le responderemos gustosamente.

Atentamente:

Raúl y Jacqueline Aguirre

¿Problemas Del Oído, Nariz y Garganta?



Llama al Dr. Iván Karabachev, M.D.

Estudiado en Europa y USA.

Dr. Iván le ofrece una atención y cuidados de calidad

Niños y Adultos

- Alergias
- Problemas de Sinusitis
- Mareos
- Ronquidos
- Problemas del oído

SE ACEPTAN LA MAYORIA DE SEGUROS MEDICOS

Buenos Descuentos Si Paga Efectivo

CITAS EL MISMO DIA. SE HABLA ESPAÑOL

3201 S. Maryland Parkway #500

369-3066

Horario de Lunes a Viernes de 9:00 a.m.- 5:00 p.m

TABLA DE CONTENIDO

5 Virus Del Nilo Occidental

6 ¿De Verdad son Cómodas las Dentaduras?

8 Anemia En El Embarazo

9 El Dolor en las Rodillas

11 Proteja a sus Hijos del Sol

12 Datos Médicos

13 Consejos para Evitar el Estreñimiento

13 Que hacer cuando los niños han sido mordidos por arañas (Viuda Negra)

14 Sabia Usted Que...

rico y nutritivo Pan

delicioso Biónicos

rica ENSALADA

Jugos Curativos y Energetizantes

ricos Batidos

delicioso Sandwich Nutritivo

Nutrition Health Store

4440 E. Washington Suite 112, Las Vegas, NV 89110

702.452.5505

Mon - Fri 9am - 7pm
Sat 9am - 5pm

Virus Del Nilo Occidental Por ILGM

El virus del Nilo Occidental se identificó por primera vez en Uganda al este de África en 1937 y en los Estados Unidos en el verano de 1999. Desde entonces el virus se ha diseminado a lo largo de todo el país y desde ese momento se convirtió en una causa de preocupación durante los meses de verano.

La amenaza del virus del Nilo Occidental hizo que una picadura de mosquito se convirtiera en una causa de preocupación en todo Estados Unidos.

El virus del Nilo Occidental es un tipo de organismo llamado flavivirus y es transmitido por el mosquito Culex. Los investigadores creen que los mosquitos se infectan al alimentarse de aves infectadas y después transmiten el virus a los seres humanos y a los animales a través de las picaduras.

El virus del Nilo Occidental es una enfermedad que puede ser grave. Los expertos consideran que el virus del Nilo se ha convertido en una epidemia de temporada en Estados Unidos, que recrudescerá en el verano y continuará



hasta otoño. El riesgo de padecerla disminuye a medida que el clima se vuelve más frío y los mosquitos comienzan a extinguirse.

Aunque muchas personas son picadas por los mosquitos portadores del virus, la mayoría no saben que han estado expuestas. La mayoría de las personas no presentan síntomas: alrededor de un 80% de las personas (4 de 5 aproximadamente) infectadas con el virus del Nilo no manifiestan ningún síntoma.

Algunas personas presentan síntomas leves: Hasta un 20% de las personas que se infectan presentan síntomas similares a los de la gripe. La enfermedad leve, generalmente llamada Fiebre del

Nilo Occidental, presenta algunos o todos los síntomas siguientes:

- Fiebre
- Dolor de cabeza
- Dolor de espalda
- Dolores musculares
- Falta de apetito
- Irritación en la garganta
- Náusea
- Vómitos
- Dolor abdominal
- Diarrea
- Salpullido en el pecho, estómago y espalda

Los síntomas pueden durar sólo unos pocos días, aunque hay personas saludables que han estado enfermas por varias semanas.

Mientras que las formas más severas de la enfermedad, son potencialmente mortales, pueden recibir la denominación de encefalitis o meningitis del Nilo Occidental, dependiendo de qué parte del cuerpo esté afectada. Una vez que el virus se encuentra en el torrente sanguíneo se multiplica y se propaga. Si el virus llega al cerebro, provoca una encefalitis: una inflamación del cerebro que puede afectar a todo el sistema nervioso. Si bien es infrecuente la encefalitis es la

complicación más grave asociada con el virus incluyendo daño cerebral o debilidad muscular permanentes (algunas veces parecidas a la polio) y la muerte.

Pocas personas presentan síntomas graves. Una de cada 150 personas infectadas con el virus del Nilo Occidental desarrollará una enfermedad grave.

En los casos de enfermedad grave, se pueden observar también los siguientes síntomas y se requiere atención inmediata.

- Fiebre alta
- Dolor de cabeza
- Rigidez en el cuello
- Debilidad muscular
- Estupor
- Confusión o cambio en la lucidez mental
- Coma
- Temblores
- Convulsiones
- Pérdida de la visión
- Adormecimiento y parálisis
- Pérdida del conocimiento

Estos síntomas pueden durar varias semanas y los efectos neurológicos pueden ser permanentes. Las personas mayores de 50 años y las que tienen debilitado

Continúa en la Página 7

SOLICITANDO PERSONAL

La **GUA** **MEDICA**

¿Eres bilingüe, entusiasta, cuentas con transportación propia y tienes experiencia en ventas?

Tú puedes ser parte de nuestro equipo.

Para mayor información comunícate con nosotros al teléfono

(702) 251 • 9996

NUTRISTAR

Baje de 3 a 6 libras en sólo 4 días. 100% natural y garantizado.

Productos Omnilife Distribuidor Independiente

AQUA DETOX e Iridología

Desintoxica tu cuerpo, potencia y energía.

Tratamos cualquier problema de salud • Control de Peso y Más • Diabetes • Problemas del Corazón

• Estrés • Alérgias • Colesterol • Problemas digestivos, • Impotencia • Problemas de la Piel

Para una cita llama al:

544-3298 y 383-8677

¿De Verdad son Cómodas las Dentaduras?

Por la Dra. Bertha O. Alarcón

El hacerse "viejo" en el pasado era sinónimo de tener una barriguita, quedarse sin pelo y tener dientes "postizos". Algunos todavía hoy en día sienten que cuando se tienen placas ya no es necesario ir al dentista y a la larga han ahorrado plata en todas esas visitas dentales. Esto es un concepto erróneo. Una vez que la persona pierde sus dientes naturales hay múltiples problemas que se desarrollan no solo en la boca pero en todo el organismo, especialmente en el sistema digestivo. Al no poder masticar bien su comida, su estómago tiene que trabajar de más, produciendo más ácido para digerir sus alimentos lo cual a largo plazo puede causarle el reflujo de ácido, gastritis, etc.

El proceso de hacer "placas" es uno de los mayores retos dentro de la profesión dental, ya que se intenta lograr reemplazar los dientes que nos ha dado la naturaleza por dos prótesis de acrílico. Aunque logramos artísticamente que nuestras dentaduras luzcan naturales, tienen limitaciones funcionales que tanto el paciente como el dentista deben de enfrentar durante el tratamiento.

Cuando a mamá le sacaron todos los dientes descanso del dolor que siempre había tenido y se sintió mejor que nunca, le hicieron sus placas y esta contenta con ellas. ¿Cual es entonces el problema con las placas?

Si su mamá había tenido infecciones crónicas y había padecido de mucho dolor en la boca, es cierto que al perder todos sus dientes se sienta mejor. Sin embargo, al paso de los años los dientes postizos, o placas se sentirán flojas porque el hueso que sostiene los dientes al no haber dientes se destruye hasta que un día quedara plano, y entonces las placas no tendrán de donde sostenerse.

¿Cuales son los problemas más comunes



con el uso de placas o dientes postizos?

El más común es el no poder comer lo que uno quiera y la calidad de vida al paso de los años con sus placas (planchas). La fuerza de masticar se disminuye enormemente. Una persona de 80 años con sus dientes naturales tiene mas fuerza al masticar que alguien de 50 con placas o dientes postizos. Al perder los dientes ya no existe el sistema que esta conectado desde los dientes al cerebro para calcular la fuerza de masticación. Al no masticar bien, la digestión también se altera. Otros problemas comunes de personas que usan placas es el no poder hablar bien, o el tener que estar continuamente al cuidado que no se le vayan a salir con un estornudo. Todo esto es un precio muy caro que pagar el resto de la vida al perder sus dientes por ahorrar el costo de visitar al dentista.

¿Como se sabe que una dentadura o placa queda bien en la boca?

El arte de hacer dentaduras o placas que luzcan naturales es una ardua tarea. En general el propósito de los dientes postizos es dar función de masticar a la persona que no tiene dientes. Además de sostener los tejidos de la cara: labios y mejillas.

Por lo tanto UD. sabrá que sus dentaduras no están bien cuando:

1. Quedan flojas y lastiman
2. Hacen ruido al masticar o hablar
3. Los labios y las mejillas lucen hundidas en su cara
4. Los dientes de las placas están tan usados que están completamente planos.

Claro después de que una persona ha usado placas por mas de 20 años, no quedará hueso alguno y no se podrán sostener en absoluto.

¿Como puedo prevenir todo esto?

Cuidando sus dientes toda la vida. Y si llega a perder dientes hacer todo lo posible por reemplazarlos inmediatamente. Si ya esta usando placas o dientes postizos, la mejor alternativa es considerar implantes dentales para sostenerlos y prevenir la destrucción del hueso de la maxila y mandíbula.

¿Cómo funcionan los implantes dentales para sostener una plancha (placa) en el maxilar o en la mandíbula?

Dependiendo de cuanto hueso le queda en la boca, se diseña un sistema de apoyo en implantes dentales que no son más que substitutos de raíces de dientes. Se colocan en lugares clave en el hueso para detener las placas. El procedimiento de colocación es a veces más simple que extraer una pieza. El beneficio a largo plazo es que su masticación mejorara significativamente. Usted podrá comer, masticar y estornudar todo lo que quiera y las planchas no se moverán ni se saldrán de lugar. Podrá funcionar con confianza de que sus dientes se mantendrán en su boca, aun cuando los bocadillos que este comiendo le requieran morder con fuerza. Otro beneficio de importancia es que se detendrá la destrucción del hueso por falta de dientes. Los implantes toman el lugar de los dientes.

MODELO DENTAL CENTER

Atención Insuperable Para Toda la Familia



Dra. Bertha O. Alarcón



Dra. Sara Nazco

- Tratamiento Para las Encías Infectadas
- Dentaduras y Reparaciones Mientras Espera
- Puentes Fijos y Removibles
- Implantes Dentales
- Blanqueado de su Sonrisa
- Con Laboratorio en Nuestro Local

Las Doctoras le Atenderán en Español
Con más de 17 años de experiencia

(702) 436-6186

4660 S. Eastern Avenue Suite 101
Las Vegas, NV



Su Revista De Colección.
Con los mejores consejos
y temas de salud.
Búsquela Cada Mes.



Virus Del Nilo Occidental CONTINUACION



infección causada por este virus. La atención médica hospitalaria estándar puede ayudar a disminuir el riesgo de complicaciones en caso de enfermedad grave.

Las investigaciones en estudios están encaminadas a determinar si la ribavirina, un medicamento antiviral utilizado para tratar la hepatitis C, puede ser de utilidad.

Sin embargo no existe un tratamiento específico para la infección por virus del Nilo Occidental. Los casos con síntomas más leves se resuelven solos. En la mayoría de los casos, las personas generalmente necesitan ir a un hospital en el cual puedan recibir tratamiento complementario.

La mejor manera de evitar el virus del Nilo Occidental, y la más sencilla, es evitar las picaduras de mosquitos.

Cuando esté al aire libre, use repelentes de insectos que contengan DEET (N-N-dietil-metotoluamida). En el caso de los niños, elija un repelente con un contenido de DEET entre 10% y 30%, si la concentración es mayor, el producto químico, que es absorbido a través de la piel, puede resultar tóxico. Asegúrese de leer las instrucciones de la etiqueta y cumplirlas.

Si aplica repelente para insectos directamente sobre la piel, hágalo moderadamente. No coloque repelente para insectos en las manos de los niños, ya que si se tocan los ojos o la boca, puede causar irritaciones.

Use pantalones y camisas de manga larga cuando esté al aire libre.

Evite estar al aire libre cuando los mosquitos están más activos, en particular al anochecer (las dos primeras horas después del atardecer) y al amanecer.

Elimine las áreas donde hay agua estancada, incluidas pilas para pájaros, y las piscinas sin mantenimiento, neumáticos viejos, las plantas en macetas y cualquier otro balde o recipiente que se encuentre al aire libre, donde los mosquitos pueden reproducirse. Asegúrese de cambiar regularmente el agua de los platos de las mascotas.

Asegúrese de que puertas y ventanas tengan mosquiteros ajustados sin roturas ni agujeros.

La División de Salud Medioambiental del Distrito de Salud del Condado de Clark, junto con el control Vectorial del Condado de Clark y la División de Salud del Estado de Nevada, realiza una

vigilancia para controlar el virus del Nilo Occidental.

Actualmente se realizan tres categorías de vigilancia: exámenes a pájaros muertos (cuervos y urracas), exámenes a mosquitos y exámenes a bandadas de pollos centinelas.

Si encuentra un pájaro muerto no lo toque con las manos descubiertas. Comuníquese con el departamento de salud local para pedir instrucciones sobre cómo informar del hallazgo y deshacerse del cuerpo del pájaro.

Para informar sobre la muerte de un cuervo o urraca, comuníquese con la División de Salud Medioambiental del **Distrito de Salud del Condado de Clark al (702) 759-0588**. Tenga presente que sólo se pueden recopilar muestras viables de pájaros que hayan estado muertos en menos de 24 horas.

Comuníquese con su médico o con la oficina de Epidemiología del Condado de Clark al **(702) 759-1300**.

También puede visitar el sitio Web de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades: <http://www.cdc.gov/ncidod/dvbid/wesnile/index.htm>.

el sistema inmune debido al VIH/SIDA, edad avanzada, embarazo, cáncer o a un trasplante de órganos son las que corren más riesgos de infectarse.

El virus del Nilo Occidental también se puede diseminar por medio de las transfusiones de sangre y trasplante de órganos. Es posible también que una madre infectada le transmita el virus a su hijo por medio de la leche materna.

Lo habitual es que las personas desarrollen síntomas entre 3 y 14 días después de haber sido picados por un mosquito infectado.

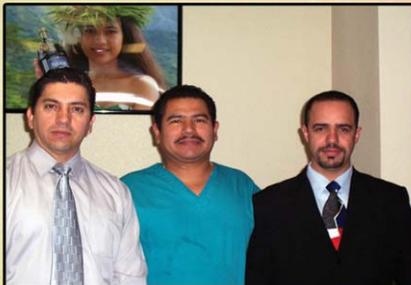
Este virus se diagnostica mediante confirmación derivada de análisis de una muestra de sangre en un laboratorio.

Debido a que esta enfermedad no es causada por bacterias, los antibióticos no ayudan a tratar la

Marvelous MIGUN Un Nuevo Estilo de Vida Saludable
Los mejores tratamientos para pérdida de peso, medicina naturista, mesoterapia y sobador.

Prevención de:

- Artritis
- Presión Alta
- Fatiga Crónica
- Dolor de Cabeza
- Estreñimiento
- Diabetes



Tratamos:

- Torceduras
- Nervios Encogidos
- Lesiones Musculares
- Artritis
- Dislocaciones



¡Remueva esa grasa de su cuerpo! Mesoterapia y Lipodissolve por Estetic MD. Licencia de IMLS

Horario de Lunes a Sábado 8:30 am.- 7:00 pm.
Domingos 8:30 am.- 2 pm.
(702) 453-0053
4508 E. Charleston Blvd. Las Vegas, NV. 89104

ADVANCED CARDIOVASCULAR CARE

Dr. Arturo E. Marchand Jr., MD, FACC

ESPECIALISTA EN: ENFERMEDADES CARDIACAS, CIRCULATORIAS Y VENAS VARICOSAS.



Es un procedimiento sano y efectivo para venas varicosas



El Doctor Habla Español

EN DOS LOCALIDADES:
4275 S. BURNHAM ST. SUITE #210 y
1815 E. LAKE MEAD BLVD. SUITE #103

PARA UNA CITA LLAME AL (702)450-1122

ACEPTAMOS LA MAYORIA DE SEGUROS MEDICOS, PLANES DE PAGO Y DESCUENTOS, SI NO TIENES SEGURO

Anemia En El Embarazo

Por ILGM

La sangre es el líquido que mantiene la vida y circula a través del corazón, las arterias, las venas y los capilares del cuerpo. Elimina los desechos y el dióxido de carbono y lleva nutrientes, electrolitos, hormonas, vitaminas, anticuerpos, calor y oxígeno a los tejidos.

Durante el embarazo, la madre debe producir sangre para ella y para el bebé, y entonces requiere una mayor cantidad de hierro para la producción de glóbulos rojos: la anemia por deficiencia de hierro es la más frecuente en una mujer embarazada y se puede deber a una deficiencia de hierro previa por un embarazo anterior o por las pérdidas menstruales o simplemente a una dieta deficiente en hierro. Las enzimas de los tejidos que requieren hierro pueden afectar la función de las células en los nervios y los músculos. El feto depende de la sangre de la madre y la anemia puede ocasionar un crecimiento fetal deficiente, un nacimiento prematuro y un bebé de bajo peso al nacer.

Otro tipo de anemia en el embarazo es la que se produce cuando al aumentar el volumen de sangre disminuye la concentración de hemoglobina y eritrocitos en la sangre. Así como la ocasionada por una dieta pobre en ácido fólico (vitamina requerida para la producción de glóbulos rojos).

Existen diversos tipos de anemia que pueden presentarse durante el embarazo.

- Anemia gravídica
- Anemia por deficiencia de hierro
- Deficiencia de vitamina B12
- Pérdida de sangre
- Deficiencia de folato (ácido fólico)

Es posible que las mujeres con anemia durante el embarazo no manifiesten síntomas claros, a no ser que la cantidad de glóbulos rojos sea muy baja. Sin embargo, cada mujer puede experimentarlos de una forma diferente.

Los síntomas pueden incluir.

- Palidez en la piel, los labios, las uñas, las palmas de las manos o la parte inferior de los párpados
- Fatiga
- Vértigo o mareo
- Dificultad al respirar
- Latidos cardíacos acelerados (taquicardia)

La anemia generalmente se descubre durante el control prenatal mediante un análisis de sangre de rutina para verificar los niveles de hemoglobina o hematocritos. Los procedimientos para el diagnóstico de la anemia pueden incluir análisis de sangre adicionales y otros procedimientos de evaluación.

El tratamiento depende del tipo de severidad de la anemia. El tratamiento de la anemia por deficiencia de hierro incluye suplementos de hierro. Algunas de las formas de administración son de dosificación lenta, mientras que otras deben administrarse varias veces por día. Si el hierro se toma con el jugo cítrico, el organismo lo absorbe mejor. Los antiácidos pueden disminuir la absorción del hierro. Los suplementos de hierro pueden provocar náuseas y hacer que las deposiciones sean de un color verde oscuro o negro. También es posible que los suplementos de hierro produzcan constipación.

Una buena nutrición antes del embarazo puede no solo ayudar a prevenir la anemia, sino que también puede ayudar a la formación de otras

reservas nutricionales en el cuerpo de la madre. Una dieta saludable y equilibrada durante el embarazo ayuda a mantener los niveles de hierro y otros nutrientes de importancia necesarios para la salud de la madre y del bebé en gestación.

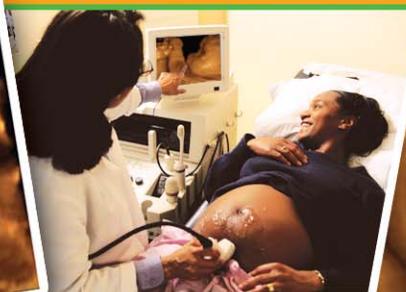
Entre las fuentes de hierro se incluyen las siguientes:

- Aves: pollo, pato, pavo; el hígado (especialmente la carne oscura).
- Carnes: res, puerco, cordero; el hígado y otros órganos.
- Pescado y mariscos, incluyendo las almejas, los mejillones, las ostras, las sardinas y las anchoas.
- Legumbres, como las habas y los guisantes (arvejas); los frijoles y guisantes secos, como los frijoles pintos, los frijoles enlatados.
- Vegetales de hojas verdes como las espinacas y las de la familia del repollo, como el brócoli, la col rizada, el nabo verde y la acelga.
- El pan blanco, la pasta, el arroz y los cereales enriquecidos con hierro.
- El pan y los bollos de harina integral con levadura.

Los siguientes alimentos constituyen buenas fuentes de hierro: Ostras, hígado de res, jugo de ciruelas pasas, almejas, nueces, carne molida de res, garbanzos, cereal de salvado, puerco asado, anacardos, camarones, pasas, sardinas, espinacas, habas, pavo, carne oscura, ciruelas pasas, rosbit, chicharos (guisantes), maní, papas, camotes (batatas), ejotes, huevos.

Siempre consulte a su médico sobre los requisitos de hierro diarios recomendados.

Los síntomas de la anemia pueden parecerse a los de otros trastornos o problemas médicos. Consulte a su médico para el diagnóstico.



Imágenes de su bebé en tercera dimensión

Un nuevo concepto en Estudios de Ultrasonido

Este paquete incluye:

- Videos con fondo musical en DVD
- Fotos digitales a color y en blanco y negro en CD-ROM
- Fotos en papel brillante
- ¿Niño o niña?...Nosotros se lo decimos.

3150 N. Tenaya, Way. Suite #590
Las Vegas, Nv. 89128

702-499-2406



El Dolor en las Rodillas

Por la Dra. Glaee Valencia



Las rodillas son articulaciones (uniones entre 2 huesos) complejas que soportan peso y que le dan a su cuerpo flexibilidad, apoyo y un amplio rango de movimiento. Las rodillas pueden lastimarse debido a traumatismos, artritis o el estrés y desgaste diario. Por lo tanto, el dolor de rodillas es un padecimiento común. Dependiendo del tipo y severidad de daño en las rodillas, el dolor puede ser menor o puede ocasionar molestia severa y discapacidad.

Existen varias causas comunes para el dolor en las rodillas y es importante contar con un diagnóstico acertado de la causa para poder administrar el tratamiento adecuado. Factores de Riesgo

- **Obesidad.-** El exceso de peso aumenta el estrés en la articulación de la rodilla. Aumenta el riesgo de osteoartritis acelerado (colapso degenerativo de la articulación)
- **Exceso de uso.-** Puede ocasionar fatiga muscular y estrés excesivo de carga en la articulación. Esto genera una respuesta inflamatoria que daña los tejidos.
- **Edad**
- **Inestabilidad.-** Los músculos rígidos o débiles ofrecen menos apoyo a la articu-

- lación.
- **Problemas mecánicos.-** Las anomalías estructurales, como tener una pierna más corta que la otra, alineación anormal de los huesos o pie plano pueden aumentar el riesgo de problemas en las rodillas
 - **Actividades deportivas**
 - **Lesiones previas**

Atención Inicial

- **Protección.-** Una rodillera flexible o rígida para dar mayor estabilidad a la articulación y restringir el rango de movimiento.
- **Descanso.-** Las lesiones menores pueden requerir solo uno o dos días de descanso, pero es probable que el daño severo necesite más tiempo de recuperación.
- **Hielo.-** Reduce el dolor y la inflamación.
- **Elevación de la pierna.**
- **Compresión.-** Una venda alrededor de la rodilla previene el edema (acumulación de líquido dentro de la articulación)

Cuándo consultar a un doctor

- Dificultad para apoyar peso en la rodilla
- Inflamación de la rodilla
- Deformación obvia de la pierna o la rodilla
- Dolor severo o persistente
- Inmovilización, imposibilidad de doblar o enderezar la rodilla
- Infección, típicamente indicado por fiebre y enrojecimiento, dolor e inflamación en la rodilla

Determinar el motivo exacto del dolor en la

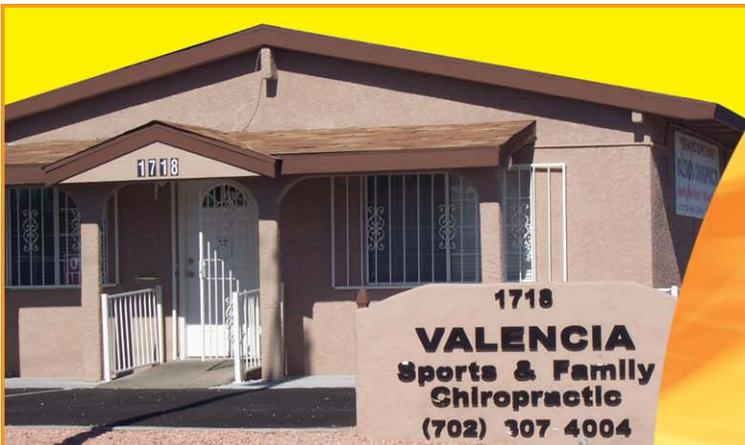
rodilla puede ser difícil debido a la amplia variedad de causas posibles. Las lesiones agudas pueden incluir fracturas, desgarres de ligamentos y cartílagos. Las afecciones que generan dolor crónico pueden incluir artritis, tumores e infección. Es importante tomar un historial médico completo y realizar un examen físico.

Pueden tomarse radiografías para detectar lesiones óseas y artritis degenerativa, pero con frecuencia se solicitan tomografías computarizadas o resonancias magnéticas (MRI) para identificar lesiones específicas en el tejido blando.

La Dra. Valencia es experta en el cuidado de huesos, músculos, nervios, y tejidos conectivos que forman el 60% del cuerpo. Todas las articulaciones en el cuerpo forman parte del sistema músculo-esqueleto y su funcionamiento óptimo es necesario para la buena salud. A la vez que la función de la columna mejora la función del sistema nervioso y su salud también mejoran.

Visítenos en el 1718 S. Eastern Avenue (entre Sahara y Oakey) para un programa individual que puede incluir ajustes vertebrales específicos, recomendaciones de ejercicio, nutrición y otros métodos conservativos basados en su historia, edad, condición actual y estilo de vida.

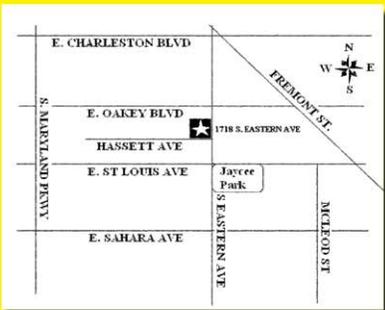
Envíe sus preguntas sobre salud y quiropráctica a la Dra. Valencia a: valenciachiropractic@hotmail.com



Valencia
Sports And Family Chiropractic
 Dr. Glaee G. Valencia, BS,DC
 Chiropractic Physician
 La Doctora Habla Español

El Quiropráctico de los Hispanos
 1718 S. Eastern Ave.
 Las Vegas, NV. 89104
 Entre Sahara y Oakey

Primera consulta GRATIS con este cupón



- Torceduras
- Nervios Encogidos
- Lesiones Musculares
- Nervio Ciático
- Artritis, Bursitis, Tendinitis
- Exámen Físico Para Deporte
- Accidentes de Auto
- Lesiones Deportivas
- Dolor de Cabeza
- Dolor de Cuello
- Dolor de Espalda

¡HAGA SU CITA HOY!
(702) 307-4004
 Se aceptan la mayoría de Aseguranzas
 Planes de pago disponibles

Dele un beso de despedida a su rentero y comience a pagar su propia casa



¿Porqué desperdiciar su dinero cuando puede invertir en el sueño americano que es ser dueño de su propio hogar..?



Raul Aguirre
Realtor®

Liberty Realty, Inc.

Cell. (702)321-4007

Raul.Aguirre@LibertyRealty.com



Proteja a sus Hijos del Sol

Por ILGM

El sol es imprescindible para el desarrollo de los seres vivos en general. Tiene efectos muy beneficiosos para nuestro organismo, estimula la formación de vitamina A y D, que contribuye a la formación y consolidación de los huesos y dientes.

Pero si no lo tomamos con las debidas precauciones puede ser nuestro enemigo más cruel. La exposición a la luz solar puede llegar a ser muy dañina para nuestra piel. Todos tenemos información sobre lo perjudicial que son los rayos solares a causa de la disminución de la capa de ozono, pero los datos dicen que entre un 2 y un 5% de los niños que son expuestos al sol sufren quemaduras de segundo grado y enrojecimientos acompañados de fiebre, eritema, insomnio, falta de apetito, náuseas y en los casos más graves, convulsiones.

Tipos de Rayos Ultravioletas (RUV)

En primer lugar vamos a explicar a qué nos enfrentamos, para aprender a combatirlo de una forma adecuada. El espectro solar está formado por tres tipos de radiaciones que llegan a la Tierra e interactúan con la piel, rayos ultravioleta (5%), luz visible (45%) y rayos infrarrojos (50%).

Los rayos ultravioletas (RUV) se dividen en tres bandas: UVA, UVB, y UVC.

UVA.- Son los utilizados en estética, responsables del bronceado sin enrojecimiento previo, del fotoenvejecimiento cutáneo y del daño ocular. Su intensidad es estable durante el año y el día. Penetran la piel más profundamente que UVB. Traspasan las nubes, los vidrios y el agua. Tienen efecto acumulativo sobre la piel y potencian la acción de UVB.

UVB.- Son los más peligrosos, por ello nuestro organismo reacciona desarrollando mecanismos de protección. Producen las quemaduras solares y son los responsables más directos del cáncer de piel. Penetran en la atmósfera con mayor intensidad al mediodía y en verano.

UVC.- Son detenidos por la capa de ozono y no alcanzan la Tierra por que antes son absorbidos por la atmósfera. No afectan a los seres vivos.

Los efectos más leves que provocan los RUV son el enrojecimiento y bronceado, insolaciones, la producción de vitamina D (fija el calcio en los huesos), las cataratas, alteraciones del sistema inmunitario. Los más serios son el cáncer de piel, el envejecimiento cutáneo (arrugas, atrofia, pérdida de la elasticidad). Además, el sol provoca lesiones oculares graves, pecas, manchas en la piel, erupciones y melanomas. Pero es que tomar el sol sin precauciones serias no sólo produce problemas inmediatos.

El ADN humano tiene "memoria", la irradiación en nuestra piel es acumulativa y las quemaduras en la infancia pueden provocar daños muy graves en la edad adulta, ya que cada vez que nos quemamos, aunque se nos pase, deja mucho daño grabado en la memoria de la piel. El daño solar es acumulativo e irreversible. Tres de cada cinco cánceres de piel podrían evitarse con medidas acertadas de prevención.

Un error muy extendido es creer que por estar morenos ya estamos protegidos de los efectos perjudiciales del sol, pero el bronceado

sólo nos protege de las quemaduras, no nos protege de los efectos tardíos como son el envejecimiento o el desarrollo de cánceres cutáneos.

El único mecanismo que tiene nuestra piel para protegerse de los efectos de los RUV, es la melanina, que es el pigmento natural de la piel; sin embargo no es suficiente para proteger las capas más profundas de la piel y es por eso que la utilización de protectores solares es imprescindible.

Los filtros solares se diferencian unos de otros por el Factor de Protección Solar (FPS), nos indica el número de veces más, que nuestra piel está protegida ante la radiación, en comparación con el tiempo de exposición sin protección sin que aparezca enrojecimiento o se produzca una quemadura. Por ejemplo, un niño que sin protector solar tardó 10 minutos en ponerse rojo. Si hubiera usado un FPS 15, habría tardado 10 minutos x 15 = 150 minutos, para lograr ese mismo enrojecimiento.

Protector solar completo debe llevar los dos índices de protección UVA y UVB. Cuanto más alto sea el factor de protección mejor. Debemos anteponer la idea de tomar el sol sin riesgos para la piel a aquello de ponerse moreno sin más y en el menor tiempo posible. No es cierto que la piel no se broncea con un índice alto de protección, se broncea igual pero tarda un poco más de tiempo.

El protector ideal debería ser de amplio espectro (contra UVA y UVB), estable a la luz y el calor, resistente a la transpiración y al agua, inodoro, económico y que no produzca manchas.

Los niños se consideran más susceptibles a los efectos nocivos de las radiaciones UV que los adultos. Siguiendo las siguientes recomendaciones conseguiremos un perfecto bronceado, pero sin riesgos para nuestra piel y la de nuestros niños.

Jamás ponga a un niño menor de seis meses en contacto directo con la luz del sol. En general los recién nacidos y niños menores de 1 año, independientemente de su fototipo, nunca deben ser expuestos directamente al sol cuando el índice ultravioleta es superior a 5.

Aumenta la exposición al sol de forma paulatina. Lo ideal es empezar con diez minutos e ir incrementando hasta un máximo de media hora al día. Nunca se debe permanecer tumbado inmóvil haciendo baños de sol durante más de un cuarto de hora seguido. Bajo ningún concepto dejes que tu hijo se duerma al sol. Conviene estar en movimiento realizando otras actividades, beber pequeñas cantidades de agua, así como aplicarse agua sobre el cuerpo o bañarse para refrescar la piel.

Utilice una crema de protección solar a partir del índice 30. La protección debe ser aplicada media hora antes de tomar contacto con el sol, en cantidad muy abundante y con la piel limpia. Esmérese en que también se cubran partes del cuerpo "olvidadas": orejas, nucas, empeines, etc. Debemos extremar la precaución en las zonas del cuerpo más sensibles: cara, labios, cuello, cabeza, escote, senos, orejas y dorso de los pies.

Los rayos del sol por lo general son lo más fuerte entre las diez de la mañana y las cuatro de la tarde. Si sus niños están fuera, asegúrese de que su piel esté protegida.

Es conveniente mantenerse protegidos del sol, en espacios interiores o a la sombra.

Evita los productos que contengan alcohol (perfumes, colonias, etc.) antes de la exposición solar, ya que pueden causar manchas oscuras en la piel. Durante el embarazo debe especialmente evitarse la exposición al sol y usar productos de alta protección por el riesgo de manchas en la piel.

Aunque todos los niños deberían llevarlos, sobre todo a los más pequeños ponles sombrero, camiseta y gafas de sol. Las prendas más adecuadas son las de algodón, oscuras, poco porosas y secas.

Si usted sale a caminar llévese una sombrilla y haga que se pongan debajo de vez en cuando.

No deje de ponerse crema protectora por muy moreno que esté.

No se fie de los días nublados, ya que los rayos ultravioletas, penetran las nubes, y pueden provocar igualmente serias quemaduras de piel.

Para compensar la pérdida de agua por el sudor, por la exposición solar, es conveniente beber abundante cantidad de líquido. Para prevenir el envejecimiento cutáneo es recomendable consumir una cantidad adecuada de fruta fresca, verdura y cereales con un alto nivel de fibra y antioxidantes, como el betacaroteno (abundante en la zanahoria). Después de tomar el sol, la piel está deteriorada por el aire, la sequedad, el cloro o la sal, por lo que conviene tomar una ducha con agua sin usar jabones con demasiados tensioactivos o perfumes, geles o esponjas. A continuación, aplicar una crema hidratante que nutra, refresque e hidrate la piel.

Para evitar los golpes de calor en los bebés: Es fundamental que el bebe esté perfectamente hidratado. Si esta siendo alimentado mediante lactancia materna (pecho) no es necesario darle ningún otro líquido, lo que sí será muy importante es que la mamá tome frutas, verduras y carnes, y beba al menos dos litros diarios de líquidos. Si el bebé se alimenta con otras leches maternizadas, será conveniente incorporar algún que otro líquido a su dieta, sueros, agua. Asimismo, es fundamental el uso de ropas adecuadas, procurando utilizar algodón puro y no olvide nunca el gorro. Es un error muy habitual tapar en exceso al bebé, en verano debe estar fresquito y evitar en lo posible que sude. Proteja los ojos del sol.

Hay que poner un especial cuidado con la exposición de los ojos al sol ya que los rayos ultravioleta pueden tener efectos muy desagradables como pueden ser, dolores de cabeza, conjuntivitis, queratitis y a largo plazo cataratas. Estos efectos son fácilmente evitables usando gafas de protección.

Pero atención: no todas las gafas de sol sirven para proteger al ojo de los efectos nocivos de este. Algunos dolores intensos de cabeza, conjuntivitis y fotofobias, están producidos directamente por la utilización de gafas de sol, que no disponen de los filtros adecuados para evitar el paso de la radiación ultravioleta a los ojos.

Siempre hay que utilizar gafas de protección solar de calidad que filtren las radiaciones nocivas. Que garantice una adecuada protección visual es fundamental, por lo tanto, la adquisición de unas gafas de sol debe realizarse siempre en centros de óptica legalmente establecidos, en donde se tenga en cuenta el filtro de protección solar adecuado. No debe usarlas de manera continua, sino sólo en horas de fuerte insolación.

Datos Médicos

Por ILGM

Beneficios del vino

Se cree que un vaso de vino tinto al día ayuda al sistema cardiocirculatorio. El vino proporciona polifenoles y contiene vitaminas que combaten el envejecimiento y ayudan a tener una piel más bella.

Los polifenoles (antioxidantes) en el vino ayudan a prevenir y combatir algunas condiciones como: Controlar las infecciones del aparato urinario, controlar el colesterol aliviar calambres musculares, contrarrestan las varices, disminuyen el riesgo de hemorroides, mejoran la artritis, combaten las alergias y reduce la tensión arterial. Disminuyen el nivel de insulina en la sangre, aumentan los niveles de estrógeno y mejora la circulación de la sangre en el cerebro.



¡Coma berenjena y baje de peso!

¿Qué alimentos ayudan a eliminar la ansiedad? Comer berenjena es una excelente opción. Como el 92% del total del peso de la berenjena es agua, es un vegetal ideal para planes de reducción de peso, ya que además de su bajo aporte de calorías, brinda una sensación de satisfacción. Esto ayuda a controlar la ansiedad y las ganas de comer en exceso.

Además, la berenjena tiene propiedades diuréticas y laxantes, lo que también le ayudará a bajar esas libras de más.



¿Cuáles son los beneficios de la fibra?

Algunos estudios indican que la fibra puede reducir los riesgos de enfermedades cardíacas y de algunos tipos de cáncer. Se ha descubierto que puede disminuir el colesterol en la sangre además de ayudar a transportar los alimentos a través del estómago y del intestino, lo que reduce el riesgo de cáncer de colon y recto.



Deshágase de las verrugas con vitamina C

Forme una pasta de tabletas de vitamina C trituradas y mezcladas con agua. Aplique la pasta a la verruga y luego cubra con una venda para que la pasta no se desprenda. La elevada acidez del ácido ascórbico (vitamina C) puede matar el virus productor de la verruga, pero debe tener presente que la vitamina C (al menos en su forma de ácido ascórbico) puede irritar la piel, de modo que trate de cubrir sólo la verruga con la pasta.



Alergias en la piel podrían ser una señal de diabetes

Si usted con frecuencia padece de algún tipo de alergias u hongo en la piel, que no responden al medicamento, ponga mucho cuidado. Detrás podría haber un problema de salud mayor que usted no ha notado.

Los cambios en la piel y los hongos que no ceden con medicamentos son una campanada de alerta.

Si usted es diabético y tiene este problema quiere decir que su control glicérico no está bien.



Té para el alivio del dolor de pies

Si padece de dolor de pies haga una infusión fuerte de té de menta o manzanilla. Ponga 4 bolsitas de té en dos tasas de agua hirviendo. Agregue a la infusión 4 litros de agua caliente. Remoje sus pies y luego alterne enjuagues de agua fría y caliente.



Consejos para Evitar el Estreñimiento

Por ILGM

Sufre usted cada vez que va al baño y dar del cuerpo es un sacrificio. Ponga atención por que hay algunos consejos para evitar el estreñimiento.



- Coma verduras, preferiblemente crudas, y las frutas con cáscaras.
- Las hortalizas y pan integral son ricos en fibra, y ayudan a retener agua, con lo que las heces son más fluidas.
- Tome por lo menos 8 vasos de líquido al día. Los líquidos pueden ser agua, jugos, sopa, té y otras bebidas.
- Coma despacio y mastique bien los alimentos. Procure comer a horas regulares.
- Eduque al intestino: habitúese a ir al servicio a la misma hora, procurando ir con tiempo suficiente y sin prisas.
- Evite los esfuerzos excesivos en la evacuación. El intestino ya se encarga, por sí mismo, de este trabajo.
- Haga ejercicio físico diariamente.
- Y evite los laxantes, la utilización repetida de estos productos puede conducir a alteraciones intestinales y pueden crear hábito.

Ya le dimos algunos consejos para evitar el estreñimiento pero, existen señales que pueden ser un aviso de que usted debe visitar al médico. Por ejemplo, cuando el estreñimiento es algo nuevo o fuera de lo común para usted.

- Cuando aparezca sangre en sus heces
- Si pierde peso sin estar a dieta
- Si el estreñimiento lleva más de 3 semanas
- Si siente algún dolor cada vez que defeca.

Estos síntomas podrían ser señales de un problema mayor que requiere tratamiento especial. Siempre consulte con su médico.

Que hacer cuando los niños han sido mordidos por arañas (Viuda Negra)

Por ILGM

La araña de los rincones (viuda negra) es muy común. Existe en casi todas las casas en donde vive alimentándose de moscas y mosquitos. Para ello se ubica detrás de los cuadros o bajo los muebles, para cazar insectos preferentemente durante la noche.

Es en general tímida y huye de la gente pero se defiende cuando se siente atacada. Si se esconde en una pieza de ropa y en la cama. Al ser aplastada contra el cuerpo de la persona que se coloca la ropa o se acuesta se defiende mordiendo al agresor e inyectándole las enzimas o fermentos que utiliza para digerir a las moscas y mosquitos. Estos fermentos digieren los tejidos humanos y circulan por la sangre causando toxicidad en varios órganos: sangre (destrucción de los glóbulos rojos o homólisis), en el riñón causa insuficiencia renal aguda, en el cerebro convulsiones y en el corazón, miocarditis. Es una mordedura que puede ser mortal.

Muchas veces no se encuentra el cuerpo de la araña y no se sabe que fue lo que mordió al niño. Algunos hechos que ayudan son que es muy dolorosa y el niño despierta y llora con la mordida, el dolor se mantiene y aparece una zona violácea intensa que progresa en pocas horas for-

mando una úlcera con un halo inflamatorio alrededor. El niño presenta fiebre y mucho decaimiento.

Ante esto en niño debe de ser llevado de inmediato a un servicio de urgencia para aplicar el tratamiento que puede incluir la aplicación de antídoto que solo es útil durante las primeras 24 horas. En las horas siguientes el niño se pondrá pálido y su orina será oscura aumentando su decaimiento y aspecto de enfermo.

El tratamiento deberá hacerse con el paciente hospitalizado y el de otras arañas que pueden no ser venenosas necesitan observación de la lesión y del niño.

Para prevenir la picadura de la araña de los rincones (viuda negra) es importante mantener la casa limpia de telas de araña haciendo un aseo diario de las zonas en donde ésta se esconde, roperos, closets, parte posterior de los cuadros y cortinas, zona posterior e inferior de los muebles, etc. Los insecticidas son inútiles para este efecto.

Por otra parte si usted descubre frecuentemente arañas en su casa, revise la ropa que le coloca a su hijo y enseñe a toda la familia a hacer lo mismo con la suya. Cuando acueste a su hijo revise la cama en busca de estos arácnidos.



Liberty Realty, Inc.

Cell. (702)321-4007

Raul.Aguirre@LibertyRealty.com

Numeros Telefónicos Importantes

Emergencia- Fuego/ Policia/ Ambulancia	911
Centro de Control de Envenenamiento	732-4989
Animal Control	229-6348
Policia Metropolitana (No emergencia).	795-3111
Policia de NLV (No emergencia)	633-9111
Policia de Henderson (No emergencia)	565-8933
Health District (Distrito de Salud)	385-1291
Hospital Desert Springs	733-8800
Hospital Mountain View	255-5000
Hospital North Vista	649-7711
St. Rose Dominican Hospital.	616-5000
Summerlin Hospital Medical Ctr	233-7000
Hospital Sunrise y Centro Médico	731-8000
Hospital UMC (University Medical Center)	383-2000
Valley Hospital Medical Ctr	388-4000
Laboratorios PRIMEX	400-8485
Access Health	948-0300
Abuso y Negligencia Infantil	399-0081
Violencia Domestica (Safe Nest)	646-4981
Violación y Crisis	366-1640
Centro de Prevención de Suicidios	731-2990
Centro de Desintoxicación Juvenil	385-3330
Alcoholicos Anonimos.	598-1888
Consulado Mexicano	383-0623
NALA	382-6252

Servicios

Southwest Gas	365-2085
Nevada Power	367-5555
Water District	870-2011
Republic Services	735-5151
Embarq	244-7400
Cox Cable	383-4000
Direct TV	800 781-4081
Sewer (servicio de alcantarillado)	229-1289

Transportación

Amtrak Railroad	386-6896
Aeropuerto Internacional McCarran	261-5211
Las Vegas Servicio Público de Autobus	CAT-RIDE (228-7433)

Gobierno

Departamento de Motores y Vehiculos.	486-4368
Clark County School District	799-5011

Sabia Usted Que...

Por ILGM



Si Come Despacio Podría Adelgazar?

El comer rápido evita que se disfrute del sabor de las comidas, impide una buena digestión y de esa manera colabora a que usted aumente de peso.

Para que el mensaje de que ya está lleno llegue a su cerebro deben pasar aproximadamente veinte minutos, por lo que si come rápido no da tiempo de que esto ocurra, y entonces al no saber que está lleno terminará por comer más de lo que realmente le cabe, lo que lógica-

mente le hará engordar.

Comer despacio ayuda a que su digestión sea completa, pero además le permitirá tener mayor control sobre lo que come y sobre su propio cuerpo.

Si come de forma acelerada, no mastica bien y eso genera una distensión acelerada en todo el aparato digestivo, lo que provoca dolor y sensación de llenura excesiva. Esto se conoce con el nombre de dispepsia.

Para corregir el hecho de comer rápido se pueden adoptar varias medidas que serán de gran utilidad. Por ejemplo, mientras come aleje el tenedor o cuchara entre mordisco y mordisco. Colóquelo en el plato y

tómese la molestia de levantarlo sólo cuando haya terminado de masticar el primer bocado.

Otra gran idea es compartir la hora de la comida con otra gente, converse con ellos y así hace vida social y a la vez alenta el ritmo de su alimentación. Además, así no estará pensando sólo en la comida.

Si el problema es demasiado grave, puede probar a comer con la mano que no acostumbra a usar. Es decir si usted es diestro intente comer con la izquierda, o a la inversa, así controlará más la velocidad.

Por otro lado, trate de no comer viendo televisión o escuchando la

radio, pues esto impedirá que esté relajado, comerá más rápido y no podrá darse cuenta de las señales que le envía su estómago.

También es recomendable llegar a la mesa con poca hambre para que no se lance a devorar. Para lograrlo, recuerde no saltarse ninguna comida. Entre las comidas coma alguna fruta o yogur que no aportan calorías y le quitan la sensación de hambre.

Así que ya lo sabe, por su salud y para adelgazar asegúrese de seguir estas recomendaciones para comer más lento. Su digestión funcionará mejor y se sentirá mucho más satisfecho.

Clínica De Pies y Tobillos



- Uñas enterradas
- Hongos en las uñas
- Talones adoloridos
- Pies Diabéticos
- Calzado ortopédico y para diabéticos
- Arcos para pies planos
- Tratamiento del pie plano infantil
- Dolor de pie y tobillo
- Callos ojo de pescado

Dr. Peter L. Gallarello, D.P.M

Certificado en Enfermedades de los Pies

La única clínica de Pié y Tobillo en North LasVegas para la atención de hispanos

Aceptamos Medicare, Culinaria y la mayoría de Seguros Médicos. Aceptamos pagos en efectivo y facilidades de pago durante tratamiento.

(702) 791-3668

1905 McDaniel St. Suite 106
North Las Vegas, NV 89030
Junto al North Vista Hospital

Copyright © 2007 La Guía Médica

OPTIC GALLERY

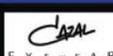
- Exámen profesional de la vista
- Aceptamos la mayoría de los seguros
- Todo tipo de lentes de contacto
- Consultas para corrección láser
- La mayoría de los lentes están disponibles ¡El mismo día!



Dr. Roger Paez
Optometrista

702-893-3937

4131 S. Eastern Ave. Suite 300 Las Vegas, NV. 89119
Esquina con Flamingo



PRIMEX

El Laboratorio Mas Económico Del Valle

PRUEBAS DE DNA (PATERNIDAD)

Exámenes de Sangre

- Pruebas de embarazo
- Pruebas privadas de droga

Exámenes para trámites de inmigración.

Minimo tiempo de espera.



Copyright © 2007 La Guía Médica



PRIMEX
Clinical Laboratories, Inc.

- Descuentos permanentes para asegurados y no asegurados
- Compare nuestros precios
- Se aceptan la mayoría de seguros

Descuentos:

Baby your Baby
Healthy Beginings
Baby Rose • Baby Steps
Babies Are Beautiful

(702) **400-8485**

2870 S. MARYLAND PKWY STE. # 210

Lunes -Viernes 8:00-5:00 - Sabados 8:00-12:00

Se cierra de 12:00-1:00

Nuestra Meta Es Ser El Laboratorio Que Provee Servicios De Más Alta Calidad Usando La Tecnología Más Avanzada.

¡¡Prueba Algo Nuevo, Fresco Y Natural!!



Si usted padece de:

- Problemas de hipertensión arterial
- Arterias obstruidas
- Colesterol alto
- Diabetes
- Sobrepeso

Ya no sufra más, nosotros tenemos la solución.

Disfrute de los beneficios del TÉ VERDE con altos niveles de antioxidantes en una bebida fresca.

Ahora en sus 3 sabores, regular, sabor durazno y **té verde con limonada sin azúcar.**

Para su orden llámenos al

(702) 556-4222

raguirre1qhealthzone.com

Copyright © 2007 La Guia Medica

NEVADA DENTAL ESTHETICS

DR. JORGE PAEZ D.D.S.

Creando Sonrisas Hermosas Que Duran Para Toda La Vida

Usamos la tecnología más avanzada

- Blanqueado de dientes, resultados rápidos. Barato
- Rellenos blancos del color de sus dientes sin mercurio
- Carillas de porcelana para dientes torcidos o manchados
- Coronas de porcelana durables que se miran natural
- Implantes para dientes caídos
- Tratamientos de conductos (Root Canals)



- Las Sonrisas son un regalo en cualquier idioma -

Citas Inmediatas

Hablamos Español

¡Emergencias y Nuevos Pacientes Son Bienvenidos!

4455 S. Jones Blvd. Suite E-2
Las Vegas, NV. 89103
(Entre Flamingo y Tropicana)

737-3553



Copyright © 2007 La Guia Medica



FACIALS & UNLIMITED KINETICS

Facials & Unlimited Kinetics
Un Spa Médico • Pérdida de Peso • Clínica de Salud
www.facialsandmore.com

Programa de Manejo de Control de Peso Que En Verdad Funciona!!

Nosotros solamente usamos medicamentos aprobados por la FDA (Phentermine, Meridia, Xenical, Tenuatu)

Costo del Programa: \$149⁰⁰ al mes (Incluye exámenes de laboratorio, EKG, examen físico, inyecciones semanales de vitaminas,consejería personal semanal)



Maynard D. Lamusao, Nurse Practitioner

BOTOX- \$10.99 por unidad (Reune a 4 de tus amigos para tu propio party de botox y recibe 30 minutos gratis de masaje facial en tu siguiente visita)

FACIALES desde \$49⁰⁰ por 30 minutos

MICRODERMABRASION- \$75⁰⁰

(\$10⁰⁰ de descuento cuando lo combines con un facial)

*Gratis depilación de cejas con cera con la microdermabrasion.

MASAJE MEDICO- \$1⁰⁰ por minuto (Posible deducción de Taxes)

(702) **643•3223**

229 N. Stephanie St. Suite B
Henderson, NV 89074

MIRATE BELLA SIENTETE BELLA

En Facials & Unlimited Kinetics, tú sentirás lo que es ser bella por dentro y por fuera.

Maquillaje Permanente

Delineado de ojos
\$275⁰⁰

Delineado de labios
\$275⁰⁰

Cejas
\$250⁰⁰



Maryjo West