



Cuidado con la Rinitis



➔ Es un diagnóstico asociado con un conjunto de síntomas que afectan la nariz. Estos síntomas se presentan cuando usted inhala algo a lo que es alérgico, como polvo, caspa o polen. Los síntomas también pueden ocurrir cuando usted consume alimentos a los que es alérgico.

EFE/MARIO LÓPEZ

➔ Un alérgeno es algo que desencadena una alergia. Cuando una persona con rinitis alérgica inhala un alérgeno, como el polen o el polvo, el cuerpo libera químicos, incluso histamina, lo cual ocasiona síntomas de alergia. Las alergias y la fiebre del heno a menudo son hereditarias. Si ambos padres sufren de esto, usted también es propenso a padecerlas. La probabilidad es mayor si es la madre quien tiene las alergias.

Por: Medicinas.com

La rinitis alérgica es la inflamación del tejido interno que reviste la nariz (mucosa). Aparece en pacientes sensibles a determinadas sustancias que no afectan a la mayoría de las personas (alérgenos), como polen, polvo, pelo de animales, hongos y ciertos alimentos. Rinitis alérgica, Reacción

alérgica, Síntomas de alergia

Rinitis alérgica estacional: ¡aléjate de las flores!
Conjuntivitis alérgica

¿Qué es?

La causa es una reacción "aprendida" del sistema inmunológico ante partículas del ambiente que considera dañinas, los cuales activan, en forma exagerada, un

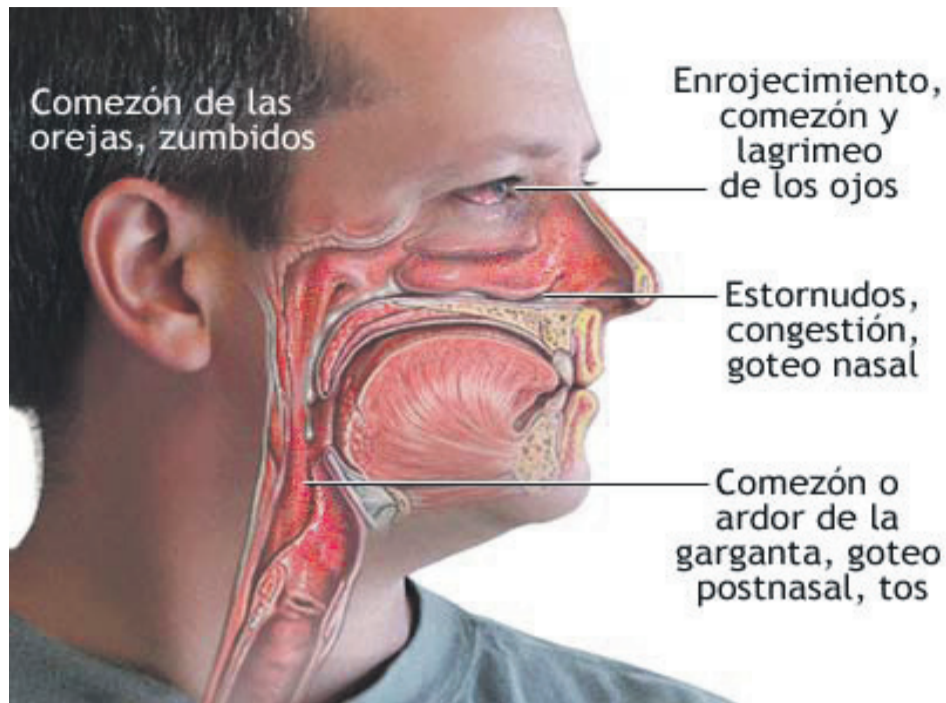
mecanismo defensivo, produciendo sustancias como histamina, desencadenando las molestias.

Los síntomas comunes son congestión nasal acompañada de mucosidad acuosa, estornudos continuos, comezón y, ocasionalmente, lagrimeo, dolor de cabeza, sensación de oídos tapados e irritación de garganta y paladar.

Se presenta en personas de cualquier edad, de manera intermitente, recurrente o continua, y tiene fuerte tendencia genética (se hereda), aunque también ejercen cierta influencia factores como la contaminación ambiental e intradomiciliaria.

De acuerdo con el Colegio Mexicano de Pediatras Especialistas en Inmunología Clínica y Alergia (Compedia), es el padecimiento alérgico más común a cualquier edad, que afecta a entre 10 y 15% de la población general.

La rinitis alérgica puede presentarse de manera irregular durante todo el año (perenne), o empeorar en la primavera o temporada de polinización (estacional, antes llamada fiebre del heno).



En muchas ocasiones los síntomas se previenen al evitar el contacto con los alérgenos conocidos.

¿Cómo se diagnostica?

El especialista (alergólogo, pediatra, médico general) llevará a cabo examen físico general y hará preguntas acerca de los síntomas, momento del día o del año en que empeoran y la reacción a mascotas u otras fuentes de alérgenos.

En ocasiones puede solicitarse prueba cutánea para alergias (consiste en exponer una región de la piel a diversos alérgenos), a

fin de detectar la sustancia específica que empeora la afección.

Si el médico lo cree pertinente, ordenará pruebas en sangre para medir los niveles de una sustancia específica relacionada con alergias, llamada inmunoglobulina E (IgE), o bien, para hacer conteo de glóbulos blancos eosinófilos, ya que con ello es posible confirmar este padecimiento.

¿Cómo se trata?

El primer paso en el

abordaje médico consiste en identificar los factores desencadenantes de la respuesta de hipersensibilidad y eliminar la exposición a ellos en la medida de lo posible.

El médico puede prescribir el uso de solución salina (para controlar los síntomas leves), así como de medicamentos que reducen la producción de histamina (antihistamínicos), la congestión (descongestionantes) o la inflamación (corticosteroides).

Otro aspecto importante es la inmunoterapia o "vacunación antialérgica", que consiste en la administración repetida y controlada de alérgenos específicos para reducir la severidad de la enfermedad a la exposición natural a estas sustancias.

Algunos pacientes presentan otros padecimientos asociados a rinitis alérgica, como asma (trastorno que provoca que las vías respiratorias se estrechen) y dermatitis atópica (se caracteriza por lesiones enrojecidas y húmedas en la piel que causan mucha comezón, llamadas eccema). En estos casos el abordaje incluirá otras medidas específicas

para su control. **¿Cómo se previene?**

En muchas ocasiones los síntomas se previenen al evitar el contacto con los alérgenos conocidos. Esto se logra practicando las siguientes medidas:

Lavar y cambiar la ropa de cama al menos una vez a la semana. Preferentemente, utilizar sábanas y fundas de almohada que eviten la acumulación de polvo y ácaros.

Eliminar de la recámara alfombras, tapetes, objetos de peluche y otros que puedan retener suciedad.

Asear la casa frecuentemente con aspiradora y paño húmedo.

Preferentemente, evitar todo tipo de plantas y de mascotas al interior del hogar.

Limpia adecuadamente los muros de cocina y baños, a fin de eliminar los hongos que se producen en ellos.

Reducir el uso de desodorante ambiental, fijadores de cabello, perfume, cloro y jabones perfumados.

Detectar si al suprimir ciertos alimentos (cereales, maíz, chocolate, leche, soya, queso, huevo) mejoran los síntomas e informar de esto al médico tratante.

Verónica Abbott
 TERAPIA DE PAREJA
 SEXOLOGÍA CLÍNICA
 EDUCACIÓN SEXUAL
 ORIENTACIÓN FAMILIAR
 Y COACHING
 EDUCACIONAL

Parentalis
 Centro de apoyo a la familia y a la educación

Roosevelt 878 - La Serena
 Fono: 2213608 Cel: 52312070
 www.parentalis.cl

Psicóloga
María Cecilia González
 Magíster en Psicología Clínica Infante Juvenil Universidad Adolfo Ibáñez
 Instituto Chileno de Psicoanálisis ICHPA.

Fonasa - Particulares

Balmaceda # 2195 of. 306
 La Serena - Cel: 85969692

Centro de Alta Complejidad en Implantología Estética y Rehabilitación Oral

LOS VALLES
 Centro Médico y Odontológico

"50% descuento en rehabilitación con implantes"

*Implante + Corona Unitario \$399.000. Sólo 20 cupos

TERAPIA INDIVIDUAL - PAREJA Y FAMILIA
 PSICOTERAPIA - PSICODIAGNOSTICOS

EDGARD QUEVEDO TORRES
 PSICOLOGO

BALMACEDA 1015 OF. 314 FONO: 51-2224117
 EDIFICIO FLEMING 91006792
 ps.edgardquevedo@gmail.com 76919674

María Elena Souyet L.
 PSICÓLOGA CLÍNICA
 Pontificia Universidad Católica de Chile

Magíster en Adolescencia U. del Desarrollo de Santiago ©.
 Acreditada como Especialista en Psicoterapia por el Colegio de Psicólogos de Chile.

Psicodiagnóstico y psicoterapia, para adolescentes y adultos.
 Supervisión y terapia para Psicólogos en vías de acreditación Charlas y talleres a colegios (Orientación Vocacional, sexualidad y drogas).
 Talleres a Empresas

Alfredo Berndt 1815, La Serena. F: 2212168 - (9)81982325

Prof. Dr. Matías I. Letelier M.
 Cirujano Dentista U. de Chile
 Implantología Oral
 Huanhualí 308 - La Serena
 www.doctorletelier.cl
 Fono: 051- 2529852

* Promoción Julio. Incluye: Radiografías, Implante, Pabellón, Corona Porcelana y Control. Solo pago en efectivo.

CENTRO TERAPEUTICO CLINICA DEL ESTRES
 Acupuntura, Quiropraxia y Masajes para controlar emociones, ansiedad y estrés, reducir dolores físicos crónicos y agudos, regular sueño y vigilia, control del sobrepeso, Regulación Integral.

- Médico Psiquiatra **Cassandra Parvez.**
- Acupunturista **Alejandro Valdés B.**
 Acreditado por Ministerio de Salud N°23417
- Terapeuta **Claudia Brown.**
 Piedras calientes, Sanación con símbolos y Agua, Drenaje
- Psicólogos clínicos

Henry Ford 877, La Serena - Tel: 051.2211871 Cel: 66890550
 mail: acupunturaserena@gmail.com - web: acupunturaserena.jimdo.com

Clínica Psiquiátrica y de Salud Mental
REFUGIO DEL ELQUI
 www.clinicarefugiodelqu.cl

- Evaluaciones psiquiátricas para internación en 24 horas.
- Sesiones familiares realizadas por equipo multidisciplinario.
- Test de drogas con resultados inmediatos.
- 6000 metros cuadrados de Áreas Verdes, emplazados en el valle del Elqui.
- Depresión, Bipolaridad, Trastornos de Personalidad, Adicciones y Trastornos Alimenticios.

Condominio Las Campinas Sitio 13, ALTOVALSOL, La Serena
 Administración: 74774480 Enfermería: 74774481 - 051-2211781
 Consulta: 98865436 - 051 2215825

Miembro de la Sociedad de Implantología Oral de Chile - Miembro de la Sociedad de Prótesis de Chile - Miembro del International Team for Implantology.

Por: Dra Alisa

10 cosas que nunca debes olvidar antes de darle medicina a tu hijo

Medicar a un niño parece sencillo pero requiere ciertos cuidados, sobre todo cuando vayas a administrarle medicinas de venta libre. Descubre 10 cosas que nunca debes olvidar a la hora de medicar a tu hijo.

Si bien no se recomienda automedicarse cuando los adultos nos sentimos mal, puede ser sencillo decidir qué medicamento tomar para aliviar el malestar, sobre todo cuando se trata de enfermedades cotidianas a las cuales ya estamos acostumbrados o ya hemos consultado con el médico. Existen medicamentos de venta libre que si se administran con precaución no deben causar problemas de salud.

En el caso de los niños, en cambio, el administrar medicamentos requiere de ciertos cuidados. Si tu hijo/a se enfer-

ma, no dudes en seguir estos consejos:

1 Asegúrate de tener medicamentos especiales para niños. Recuerda que en estos casos el niño no debe ser considerado una persona pequeña, y que por lo tanto si un adulto toma una píldora X, al niño no podemos darle media o un cuarto y listo.

2 Más dolor no significa más medicamento. Respeta las cantidades y la frecuencia que indica la etiqueta o que te ha indicado el médico o el farmacéutico. Que le des

más remedio no significa que vaya a sanar más rápido, por el contrario, puede ser peligroso para el niño. Por ejemplo, no sólo puede no ser más efectivo, se puede intoxicar.

3 Utiliza un buen medidor. En general, cuando adquieres un medicamento incluye un medidor propio. Siempre utiliza ese o uno equivalente. Una cuchara de cocina, por ejemplo, puede no contener la cantidad necesaria para tu hijo.

4 Controla las cantidades. La cantidad requerida por cada niño depende de su pe-

so y tamaño. Si compartes medicamentos entre 2 o más niños, por ejemplo, ten en claro la dosis que requiere cada uno, que puede ser diferente entre ellos.

5 ¡Cuidado con la interacción de medicamentos! Recuerda comentarle a tu médico qué otros medicamentos, suplementos o hierbas está tomando tu hijo, para evitar que la mezcla provoque una reacción inesperada o no deseada. O que no deban mezclarse.

6 Conserva los medica-

mentos en un lugar seguro. Manténlos siempre fuera del alcance de los niños, consérvalos en un lugar seco y fresco (a menos que específicamente te indiquen algo diferente), y una vez que tu hijo termine el tratamiento desecha lo que haya sobrado.

7 Corroborar las fechas de vencimiento. Ya sea cuando se trate de algún medicamento que tenías en casa o de uno que estés por comprar, siempre revisa que no esté vencido.

8 Organiza las medicinas. Sobre todo si tienes más de

un hijo, lo ideal es que anotes en el envase a quién pertenece el medicamento y cómo administrarlo.

9 Termina el tratamiento. No suspendas el tratamiento que te dio el médico tan pronto tu hijo comience a sentirse mejor, ya que en algunos casos puede ser peor y los niños pueden tener una recaída posterior.

10 Los niños no pueden tomar aspirina. Nunca le des este medicamento a tu hijo, especialmente cuando tengan una enfermedad causada por un virus (como la influenza y la varicela), ya que puede ocasionar una condición llamada Síndrome de Reye, que hasta puede poner al niño en peligro de muerte (los síntomas incluyen entre otros: náuseas, vómitos y un cansancio extremo, que pueden llevar incluso a que caigan en coma y dejen de responder).

Dr. Juan Pablo Del Villar Urriolagoitia

Ortodoncia
Odontología general
Urgencias dentales
Endodoncia
Prótesis fija y removible
Blanqueamiento
Implantes dentales

■ Balmaceda N° 1115, La Serena - Oficina 408
Edificio Portal Amunategui - Fono: 2 578700
■ Henríquez N° 404, Coquimbo, Piso 2, Oficina 3
Fono: 2 - 316683

CLINICA DENTAL COQUIMBO

ORTODONCIA
FRENILLOS ESTETICOS
100% INVISIBLES
ODONTOLOGIA INTEGRAL
NIÑOS Y ADULTOS

DR. PABLO VILLAR SIMON
DRA. MARLENE IDE CASANUEVA

WWW.ETETICAORAL.CL - Fono: 2314 312

ORTODONCIA MODERNA
PROFESIONALES QUE DAN CONFIANZA

¡AVERIGÜE POR NUESTRA PROMOCION!

Ortodoncia Tradicional
Ortodoncia Estetica
Ortodoncia Lingual

THOMAS JEFFERSON 1550
(Huanhuai / Larrain Alcalde)
FONO : (051) 2524385
www.ortodonciamoderna.cl

Lo más nuevo en tecnología

CLÍNICA DENTAL
Dr. Miguel Jacob Jure

Odontología General - Cirugía
Prótesis Fija y Removible
Endodoncia - Radiografías
Blanqueamiento

URGENCIA 98185237
PRESUPUESTO GRATIS

ISAPRES - PARTICULARES Y CONVENIOS
PENI 467 / FONOS 2 224897-098185237 / LA SERENA

MEDICINA INTERNA | **Dr. Felix Jacob Jure**
FONASA - PARTICULARES
FONO: 2 212076

AS CLINICA DENTAL

Dra. Astrid Sánchez

FRENILLOS ESTÉTICOS
IMPLANTES
Radiología digitalizada
Blanqueamiento Láser

Avenida Gabriela Mistral 2842
Sector San Joaquín Teléfono:
(51) 527889
+56 9 57313802
www.asdental.cl
asdental.laserena@gmail.com

DENTHUS
CELEBRAMOS **10 AÑOS!**

Una linda sonrisa te cambia la vida

20%* IMPLANTOLOGÍA
60%** ODONTOLOGÍA GENERAL

* Descuento NO aplica en Laboratorios e Insumos.
** Descuento se aplica sobre arancel de referencia. Colegio de Dentistas de Chile.

Av. Estadio 1648, La Serena | (051 2) 219307 - 220457
www.denthus.cl
Promoción válida hasta el 31 de Julio de 2015

LAS ARAUCARIAS

ODONTOLOGÍA

-Dr. Pablo Lazcano
Odontología Estética Restauradora
-Dra. Marcela Rojas
Odontopediatría
Atención con Anestesia General
-Dr. Rodrigo Klenner
Ortodoncia
-Dra. Angeles Valdivia
Periodoncia
-Dra. Carolina Neira
Endodoncia
-Dra. Camila Barriga
Odontología Integral
-Dr. Darwin Perez
Odontología Integral

• ATENCION NIÑOS TODAS LAS EDADES, PACIENTES ESPECIALES
• ATENCION CON OXIDO NITROSO Y ANESTESIA GENERAL

Tenemos a su disposición todas las especialidades Odontológicas
Av. Gabriel Gonzalez Videla 2026 - La Serena (Frente COPEC)
Fono: 512216512 - cel: 82378392
Visítanos en www.dentalaraucarias.cl

CLÍNICA DENTAL AV
Alberto Ventura
www.avclinicadental.cl

REHABILITACIÓN ORAL - PRÓTESIS FIJA Y REMOVIBLE - IMPLANTOLOGÍA

VUELVE A SONREÍR

22 14 017

Red compra | transbank | Huanhuai # 495 • La Serena

Por: MiEspacio

Beneficios de la aplicación del ozono en diferentes enfermedades

Las aplicaciones del ozono en diferentes enfermedades, dice Doctora Zarama, han tenido gran éxito, sobre todo en aquellas patologías en las que se han acumulado experiencia, por estudios a través de ensayos clínicos. En Cuba, se ha utilizado en enfermedades oftalmológicas, cardiovasculares, osteomiartriciales, digestivas y en las infecciones por bacterias, virus y hongos.

Centro de Investigaciones del Ozono, en distintas partes del mundo ha realizado investigaciones aplicadas, así como tratamientos con ozono desde hace más de diez años, con una experiencia basada en más de 36.000 aplicaciones de ozonoterapia, que han dado excelentes resultados sin reacciones secundarias importantes



en ningún paciente.

Las indicaciones de la ozonoterapia ocupan un gran número de patologías o alteraciones, lográndose la curación en muchas de ellas y la mejoría en otras, sin riesgo de complicaciones para los pacientes; entre ellas están las enfermedades provocadas por infecciones bacterianas, virales y micóticas, ya que el ozono es un potente germicida.

También en las enfermedades del aparato digestivo como la colitis ulcerativa, hemos usado el ozono en forma de gas por vía rectal con magníficos resultados, ya que más del 90% de los pacientes responden desapareciendo o disminuyendo las crisis diarreicas y el cuadro séptico acompañante. Esto ha garantizado una medida alternativa eficiente para el tratamiento de la colitis. Hemos usado también la terapia con

muy buenos resultados en la curación de la giardiasis y amebiasis intestinal, entre otras.

En el aparato cardiovascular tenemos buenos resultados en la insuficiencia arterial periférica grado I y II, con una mejoría en más del 80% y con respuesta favorable en las de grado III. Como medida curativa también,

También en la cardiopatía isquémica la ozonoterapia ofrece grandes ventajas, ya que en estudios realizados en más de 50 pacientes hay desaparición y disminución de las crisis anginosas en esos pacientes, ya que el ozono actúa mejorando la circulación sanguínea, favoreciendo los mecanismos reológicos de la sangre, además de ofrecer una mayor oxigenación a los tejidos. En las enfermedades de la piel

hay buenos resultados en el tratamiento del herpes simple, con un 80% de curación sin recidivas en un año. También se usa en el herpes zoster y en las úlceras de la piel.

En las enfermedades OSTIOMIOARTICULARES el ozono es muy efectivo para el tratamiento de la artrosis, eliminando los dolores en inflamaciones articulares, también lo utilizamos en la osteoporosis y osteomielitis, entre otras.

Estos datos demuestran, concluye el Dra. Zarama que el ozono ofrece un magnífico panorama de mejoramiento o curación para muchos enfermos que de otra forma no encontrarían ayuda en la medicina. Hoy podrá encontrar estos novedosos tratamientos en MIESPACIO CLINICO, La Serena.

Dra. Jimena Zarama

Medicina Regenerativa Tisular
Clínica Miespacio

Q Medicina China

Nadia Albarrán Meixner
Médico Acupunturista

LUMBAGO, DEPRESION, INSOMNIO, TINITUS, ANSIEDAD, COLON IRRITABLE, ASMA, ARTRITIS, FIBROMALGIA, CEFALEA, PARALISIS, NEURALGIA, LESIONES DEPORTIVAS, TRASTORNOS MENSTRUALES Y DE FERTILIDAD FEMENINA Y MASCULINA, ETC.

50% DE DESCUENTO A TERCERA EDAD.

contacto@qimedicinachina.cl | Ramón Ángel Jara 730, La Serena
+56 9 74989665
www.qimedicinachina.cl

Depilación Láser y Dermatología

Director Médico **Felipe Guerrero**
Dermatólogo

Depilación Laser Alexandrita
Botox - Hialurónico
Nutricionista
Celulitis - Flacidez

George Washington #560 - La Serena
www.lasermedika.cl
Fono: 2214313

Dra. Francisca Espinosa R.
Médico Cirujano

Especialidad en Medicina Estética y Anti Envejecimiento, Sobrepeso y Obesidad

Tratamientos Dermatológicos - Rinomodelación - Rejuvenecimiento facial y corporal - Botox - Ácido hialurónico - Plasma rico en plaquetas - Tratamiento de várices y telangiectasias - Anticaída de cabello - Peeling combinados.

www.dermatoestetica.cl - contacto@dermatoestetica.cl
Avenida Estadio 1978, Megadent 2do piso, La Serena. Tel: 51 2561783
Dermatoestética Dra Francisca Espinosa



“Usted puede decirle adiós a sus lentes”

Cirugía Refractiva Lasik

CENTRO OFTALMOLOGICO LASIK IV REGION

Clínica Elqui
Av. El Santo 1475,
La Serena.

51 - 2 563 019
51 - 2 563 020

www.pasteur.cl

GLOBALSTEM CELLS GROUP Chile PRIMERA Y MAYOR RED MUNDIAL ACREDITADA EN CHILE

Protocolos internacionales de tratamiento con trasplante autólogo de células madre y factores de crecimiento, realizado en fresco, mayoritariamente ambulatorio; habitualmente con anestesia local y de acuerdo a guías internacionales de manejo de biolumas, para regeneración de tejidos. Sin límite de edad, de acuerdo a la condición clínica de cada paciente, aplicable a todo daño tisular.

MEDICINA AGE MANAGEMENT & ESTETICA
Rejuvenecimiento con factores de crecimiento, Fat Transfer e incorporación de células madre mesenquimales a tejidos.
REJUVENECIMIENTO, OPTIMIZACION Y RELLENOS MANOS, CUELLO, ROSTRO, PIEL, HERIDAS, ULCERAS VARICOSAS, CICATRIZACION.

REGENERACION OSTEOARTICULAR
Dolor y deterioro por desgaste, envejecimiento o lesiones deportivas, osteoarticulares, tendinosos, ligamentosos y musculares.
ARTROSIS, DOLOR DE ESPALDA, HOMBRO, RODILLAS, MANOS, CUELLO Y ARTICULACIONES. DESGARROS, DISTENSIONES, SOBRE USO.

PATOLOGIA CRONICA
Patología crónicas, insuficiencias con daño de órganos y tejido físico o neural. Deterioro por envejecimiento o enfermedad.
DIABETES, NEUROPATIAS, PIE DIABETICO, EPOC, DAÑO CARDIACO, DAÑO HEPATICO, PANCREATICO Y DISFUNCION ERECTIL.

ENFERMEDADES AUTOINMUNES E INFLAMATORIAS
Inmunomodulación por medio de trasplante autólogo en alteraciones de la inmunidad e inflamación crónica.
ARTRITIS REUMATOIDE, LUPUS, PSORIASIS, ALOPECIA, ESCLEROSIS LATERAL AMIOTROFICA, ESCLEROSIS MULTIPLE, MIOPATIAS.

MEDICOS ESPECIALIZADOS POR AREA

www.globalstemgroup.cl - biolumas.regenerativa@gmail.com
www.stemcelgroup.cl - www.globalstemgroup.com
Síguenos en twitter @StemCellsChile
también en facebook www.facebook.com/StemCellsChile
Buscarnos en You Tube: Global Stem Cells Group
En Whatsapp: +569 6218 9021

Indicación aplicable a evaluación clínica y resultados según protocolo en cada paciente.

La Serena · Santiago · Concepción EN LA SERENA AGENTE DE SU HORA HOY
Av. El Santo 1506 - Días: Mall Plaza La Serena contacto@miespacioestetica.cl | +56 9 6844 3978 051-252-9312

Cirugía Plástica Dr. Diego Polanco

MÉDICO PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CHILE
Sociedad Chilena de Cirugía Plástica, Sociedad Chilena de Cirujanos, Sociedad Chilena de Quemaduras, Acreditado por CONACEM

CIRUGIA ESTÉTICA
- Implante Mamario,
- Reducción y Levantamiento Mamario,
- Ginecomastia,
- Abdominoplastia /Lipoescultura,
- Lifting de brazos y muslos,
- Implante de Pantorillas,
- Blefaroplastia / Otoplastia/Rinoplastia,
- Implante de Mentón,
- Bolas de Bichat

CIRUGIA RECONSTRUCTIVA
- Quemados y sus secuelas
- Reconstrucción mamaria
- Reconstrucción de defectos faciales, tronco y extremidades
- Cáncer de piel,
- Heridas y Cicatrices

www.diegopolanco.cl dpolanco@puc.cl
Clínica Elqui 2563011-2563029
Megasalud 2337400 / Centro Prosalud 2428215 / Financiamiento

N&S Centro Dental Clínicas La Serena

URGENCIAS DENTALES
✓ ESTÉTICA DENTAL
✓ BLANQUEAMIENTO DENTAL
✓ PRÓTESIS FIJA Y REMOVIBLE
✓ ORTODONCIA
✓ PERIODONCIA
✓ ODONTOPEDIATRIA
✓ CIRUGÍA BUCAL
✓ RADIOLOGÍA DENTAL
✓ ENDODONCIA

DIRECCIÓN
Balmaceda 417
OF. 24 La Serena (Esquina Prat)
TELÉFONO (51) 2214391

CONVENIOS / TARJETAS / SEGUROS / FACILIDADES

Por: Consumer

Tratar el resfriado en un bebé significa, sobre todo, aliviar sus síntomas. Eso sí, hay que hacerlo con mucho cuidado y evitar el uso de ciertos métodos que están contraindicados para los niños pequeños. Si no se tiene experiencia, antes de dar cualquier paso conviene consultar al pediatra. Sobre todo en lo relacionado con el uso de medicamentos.

Suero fisiológico

No es más que agua con cloruro sódico (sal), pero a una concentración exacta que lo hace "isotónico" con los líquidos corporales, con lo cual resulta perfecto para lavar cualquier mucosa sin irritarla. En tanto el niño no sepa sonarse la nariz, el suero sirve para disolver y arrastrar sus mocos, y puede usarse tantas veces como se hubiera empleado el pañuelo. Hay varias presentaciones, cada una con sus ventajas e inconvenientes:

Sueros de uso hospitalario. En frascos de medio litro, muy económicos, pero el suero debe extraerse cada vez con jeringa y aplicarse con un cuentagotas que convendrá renovar.

Ampollas convencionales. Al ser más pequeñas, resultan más higiénicas que las botellas y también bastante baratas.

Ampollas monodosis. De usar y tirar, cómodas e higiénicas, pero más caras.

Aerosoles. Pulverizan el suero, con lo que su efecto disolvente será mayor. Pueden incluso aplicarse a cierta distancia, sin necesidad de tocar los orificios nasales del bebé. Son bastante más caros.

Sea cual sea la presentación usada, es importante que el cuentagotas, el cabezal de la ampolla o el del aerosol solo se apoyen en los orificios de la nariz, sin penetrar en su interior, porque fácilmente lesionaría la mucosa nasal. Por eso mismo es muy peligroso aplicarlo con una jeringa.

Las fosas nasales comunican a través de la trompa de Eustaquio con el oído medio, que podría resultar dañado o recibir microbios si se intenta ajustar el aplicador para conseguir que el suero entre con mucha presión. Por el mismo motivo, es mejor no administrarlo con la cabeza hacia atrás (la trompa queda vertical

➔ Los virus son insensibles a la acción de los antibióticos, que solo se usan en las enfermedades causadas por ellos cuando se produce una sobreinfección por bacterias.



Cómo tratar el resfriado del bebé

➔ Desobstruir la nariz con suero fisiológico y vapor son las opciones domésticas más recomendables. En tanto el niño no sepa sonarse la nariz, el suero sirve para disolver y arrastrar sus mocos, y puede usarse tantas veces como se hubiera empleado el pañuelo. Hay varias presentaciones, cada una con sus ventajas e inconvenientes.



Aerosoles. Pulverizan el suero, con lo que su efecto disolvente será mayor. Pueden incluso aplicarse a cierta distancia, sin necesidad de tocar los orificios nasales del bebé. Son bastante más caros.

y la mucosidad pasará al oído), sino de lado, en el orificio que queda arriba.

Peras y aspiradores de mucosidades

Con una pera de goma bien adaptada a los orificios nasales es posible obtener una presión negativa altí-

sima y lesionar la mucosa nasal. Las de plástico no son peligrosas en este sentido, pero si su diseño no lo impide ya, hay que cuidar de que no entren en la nariz y soltarlos poco a poco.

También existen unos artilugios con los que se succiona por un lado adap-



Con una pera de goma bien adaptada a los orificios nasales es posible obtener una presión negativa altísima y lesionar la mucosa nasal. Las de plástico no son peligrosas en este sentido, pero si su diseño no lo impide ya, hay que cuidar de que no entren en la nariz y soltarlos poco a poco.

tando el otro a la nariz del niño y que incorporan un dispositivo desechable que, además de retener las mucosidades, limita la presión que se puede obtener.

Vapor ambiental

Mientras el bebé respire normalmente con la boca cerrada, no es preciso emplear vaporizadores para aumentar la humedad ambiental, pues su nariz, además de filtrar y calentar el aire, lo humedece para que llegue en condiciones óptimas a los bronquios.

En cambio, cuando las fosas nasales se hallan obstruidas y no es posible mantenerlas despejadas empleando suero fisiológico, puede ser útil el uso moderado de vapor frío.

Medicamentos

Las gotas nasales con medicamentos vasoconstrictores desobstruyen enseguida la nariz, pero tienen un efecto rebote y además la lesionan, siendo especialmente peligrosas en los bebés. Por iniciativa propia, en la nariz sólo puede ponerse suero

fisiológico.

Los antitérmicos son también analgésicos y pueden utilizarse para aliviar el malestar que ocasionan los resfriados aun en ausencia de fiebre. En los bebés, el más ampliamente recetado es el paracetamol en gotas.

Es posible que el pediatra recomiende un mucolítico para fluidificar las secreciones respiratorias, pero sin dejar de recordar que el mejor es el agua. Además, durante los resfriados, el bebé puede perder el apetito y cansarse al comer, pero necesita incluso más agua de la habitual, porque la pierde por la fiebre o al respirar por la boca, de modo que conviene darle de comer más a menudo y ofrecerle agua después de las tomas.

Los antihistamínicos, adecuados para tratar las rinitis alérgicas, resecan y disminuyen la producción de moco, y producen una somnolencia que puede resultar agradable para los adultos con síndromes gripales, pero están contraindicados en los bebés.

Los virus son insensibles a la acción de los antibióticos, que solo se usan en las enfermedades causadas por ellos cuando se produce una sobreinfección por bacterias.

Dra. LILIANA SANABRIA POVEDA
 Médico Cirujano
 Medicina General y de familia
 Salud Ocupacional
 Enfermedades Agudas y Crónicas
 Medicina Preventiva - Hipertensión Arterial
 Diabetes - Obesidad
 Balmaceda 1015 - Of 317 - Edificio Fleming
 Fono: (051) 2224117 - La Serena
 Ahora atención con bono FONASA y Cruz Blanca

Curso Masaje Reductivo P.E.F.E
 Sabado 25 de Julio - ¡Solo 6 cupos!
 Dirigido a profesionales de la estetica y personas interesadas.
 Incluye apuntes y diploma de participacion
 Valor \$75.000
 mayor informacion a contacto@cliniestetica.cl
 Franklin Delano Roosevelt #884, La Serena. Fono:051-2-549246.
 contacto@cliniestetica.cl - www.cliniestetica.cl.

Dr. Alberto Balut Kong
 Otorrinaringólogo y
 Cirugía Plástica Nasal.
 Botox y relleno facial
 Integramédica - Alberto Solari 1400 - Mall Plaza - La Serena

Dr. Marcos Berry
 Cirugía de Obesidad
 Manga gástrica
 Bypass gástrico
 Balón gástrico
 Cirugía para Diabetes
 www.marcosberry.com
 Av. Estadio 1978 2do piso, Megadent
 Teléfono: (562) 2561783

Camila Arriagada Palma
 Nutricionista
 A PARTIR DEL 30 DE JUNIO
 NUEVA DIRECCIÓN NUTRASALUD
 Juan Antonio Rios SUR 551
 www.nutricionentretenida.cl
NUTRASALUD
 Consultas: 94943746 / 051 2 663125

CENTRO MEDICO Los Perales
FISIATRIA
 Dra. Jessica Miranda Muñiz
 (Universidad de Chile)
 Tendinitis - Lumbagos - Artrosis - Artritis - Accidentes Cerebro Vasculares - Amputados - Lesionados Medulares - Hombro doloroso
 Patología de pie - Parálisis facial - Hernias de columna
 Fibromialgia - Parálisis Cerebral Infantil - Síndrome Túnel Carpiano
 Los Perales 826 - Fono: 051 2 528459 - La Serena

Kinesióloga
 Annamaria Camello C.
 Fono: (51) 2211111
 (09) 77763707

Ortodoncista
 María Catalina Juliá G.
 Fono: (51) 2223627
 (51) 2221320

Nutricionista
 Nicole Reinking E.
 Fono: (51) 2211111
 (09) 82955080

Medicina Estética
 Patricia Céspedes D.
 www.clinicaestetica.patriciacespedes.cl
 Fono (51) 2664748

Abraham Lincoln #1627 esquina California

LABORATORIO CLINICO XIMA
 NUEVA DIRECCION LABORATORIO CENTRAL
 CALIFORNIA 878, POB. ROMERAL
 LA SERENA
 FONO: 2 244758

RECINTO ENI
 Fono/Fax: 2248769
 Venta Bonos Electrónicos
 FONASA e ISAPRES

CENTRO MÉDICO OSSIS
 Almirante Allard 401
 Fono 2673930
 La Serena

CENTRO MÉDICO MÁS SALUD
 Larrain Alcalde 1085 - Depto. 102
 Fono: 224552 - La Serena
 Venta Bonos Electrónicos
 FONASA e ISAPRES

LABORATORIO CLINICO DRA. GLORIA CANOVAS
 Director Técnico, Exámenes Clínicos Completos
 Equipos y Técnicas Certificadas y Optimizadas
 Bonos Electrónicos: FONASA e Isapres
 Sala de Toma de Muestras
 LA SERENA LABORATORIO CENTRAL
 Edo. de la Barra 260, Fono 2225236 - Fax 225263.
DENTIMED Balmaceda 985, Of.208. Fono 2211496
 www.laboratoriodrakanovas.cl
 Domicilios - Urgencias

Cirugía de la obesidad y de la Diabetes
 Realizada por un equipo de alta experiencia
 Bypass gástrico
 Manga Gástrica
 Plicatura Gástrica
 Cirugía de la Diabetes
 Estadia gratis en Santiago
Dr. Alberto Maldonado Fajardo
 Miembro del Depto. de Cirugía
 Bariátrica de la Sociedad de Cirujanos de Chile
 Fonos: 96221086
 42790558

Dra. Jimena Zarama
 Estética & Age Management
MIESPACIO CLINICO
 medicina regeneración tisular
 Envejecimiento
 Várices
 Heridas ulcerosas
 Pigmentación
 Flaccidez de tejidos
 Dismorfia facial
 Líneas de expresión
 Centro Asociado de:
GLOBALSTEM CELLSGROUP
 REGENERESTEM Chile
 PRIMERA Y MAYOR RED MUNDIAL ACREDITADA EN CHILE
 TÉCNICAS CERTIFICADAS
 Cosecha células madre autólogas
 Botox Allergan®
 Acido hialurónico
 Fat Transfer asistida células madre
 La Serena · Santiago · Concepción EN LA SERENA
 Av. El Santo 1506 - Detras Mall Plaza La Serena AGENDE SU HORA HOY
 contacto@miespacioestetica.cl // +56 9 6844 3978 051-252 9312

Centro Médico Mar de Piel
 Salud y Belleza en mar de piel
Dra. Mónica Ariño Mojica
 Nuevo Procedimiento en Mar de Piel:
 Botox
 Acido Hialurónico
 Plasma Rico en Plaquetas
 Peeling
 Tratamientos Corporales
 Spa Relajación
 Levantamiento de Glúteos
 Liftng Redensificante con Hilos Tensores
 Generadores de Colágeno.
 Realize su Consulta de Evaluación en Promoción 2x1.
 Ernesto Molina N° 1533, Serena Oriente 1
 Fono: 293532 - 92659470
 www.mardepiel.com - mardepiel@gmail.com

IS imagensALUD
 Pasión por Mejorar
IMAGENOLOGIA
 RADIOGRAFÍA DIGITAL
 MAMOGRAFÍA DIGITAL
 SCANNER MULTICORTE
 RESONANCIA MAGNÉTICA NUCLEAR
 ECOTOMOGRAFÍA DOPPLER COLOR
 COQUIMBO
 051-2322831
 LA SERENA 051-2490644
 Venta de Bonos Electrónicos
 FONASA / ISAPRES / PARTICULARES / CONVENIOS

NUEVO Centro de Estudio Apnea del Sueño
 Dormirse en cualquier lugar puede ser mortal
 Polisomnografía
 Examen clínico e imágenes
 Cirugía Maxilo Facial
 Cirugía Otorrino
 Procedimientos
CLINICA Elqui+
 RED CLÍNICAS Regionales
 (51) 2563081 / (51) 2563000
 Avenida El Santo 1475 LA SERENA
 www.clinicaelqui.cl
 Clínica Elqui

CENTRO LASER
 OFTALMOLOGIA
 CIRUGIA DERMATOFACIAL
 :: DEFECTOS FACIALES
 :: LASER ESTETICA
 :: REJUVENECIMIENTO FACIAL
 :: ENFERMEDADES Y CIRUGIA OFTALMOLOGICA
 (51) 222 3962
 HUANHUALÍ 735 - LA SERENA