



## 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.

Limpiar 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

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

**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

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

**Fonasa - Particulares**

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

**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**

**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 - 0512215825**

**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**

**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.

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](http://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.  
ARTROSIS REUMATOIDE, LUPUS, PSORIASIS, ALOPECIA, ESCLEROSIS LATERAL AMIOTROFICA, ESCLEROSIS MULTIPLE, MIOPATIAS.

MEDICOS ESPECIALIZADOS POR AREA  
info@stemcellgroup.cl - biolumas.regenerativos@gmail.com  
www.stemcellgroup.cl - www.globalstemcellgroup.com  
Síguenos en twitter @StemCellChile también en facebook www.facebook.com/StemCellChile  
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**  
 Otorrinlaringólogo 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  
 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  
 Lifting 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