

VS

Vida Salud

DOMINGO 6 DE SEPTIEMBRE DE 2015

MES DE LA PATRIA

Bienvenido
Septiembre,
bienvenidas las
calorías extras!

P.03



Nuevo alivio para la peor jaqueca

➔ Los científicos ensayan un dispositivo que bloquea la cefalea en racimo, la más dolorosa de las migrañas primarias. Es un neuroestimulador, del tamaño de una almendra, que se implanta en el maxilar y se activa al aproximar a la mejilla un control remoto.

Por: Efe

La cefalea en racimo causa dolor intenso, de inicio repentino, en un lado de la cabeza, que afecta la órbita del ojo y su alrededor, dura habitualmente de 15 a 180 minutos y su frecuencia oscila entre una crisis cada dos días, hasta varios episodios diarios, informa Bayer Health Care.

Un equipo del Centro Médico

Wexner, WMC de Ohio (EEUU) ha implantado en el maxilar de un paciente un pequeño dispositivo que activa, a control remoto, el propio afectado y que estimula un conjunto de nervios que se encuentra detrás de la nariz, bloqueando la señal dolorosa de la migraña.

“Este dispositivo no tiene baterías internas u estructuras que deban ser removidas de

modo rutinario y, una vez que se inserta detrás del seno de la mejilla, se puede dejar allí para siempre, aunque este tipo de neuroestimulación también es reversible”, según el cirujano Bradley Otto, del WMC.

Una de las cefaleas primarias -aquellas en las que el dolor de cabeza es el principal síntoma- más comunes es la de tipo “en racimo”, que cursa con ataques

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

“Usted puede decirle adiós
a sus lentes”

CENTRO OFTALMOLOGICO
LASIK IV REGION

Clínica Elqui
Av. El Santo 1475,
La Serena.

9 - 95420986
51 - 2 563 020

www.pasteur.cl

de dolor estrictamente unilateral intenso o muy intenso que afecta a la órbita del ojo y alrededor, pudiendo abarcar un lado de la cara, desde el cuello hasta la sien.

Su inicio es repentino, dura habitualmente de 15 a 180 minutos y su frecuencia oscila entre una crisis cada dos días hasta varios episodios diarios, informa Bayer Health Care, BHC.

Según BHC, esta cefalea, que puede desencadenarla el consumo de alcohol o ciertos alimentos, así como el resplandor y el estrés, puede acompañarse de ojos rojos, lagrimeo, congestión y/o secreción nasal, sudoración de la frente y cara, contracción de la retina, caída e hinchazón de los párpados, así como un marcado nerviosismo.

Quienes padecen esta pesadilla, cuyos síntomas se tratan principalmente con medicamentos de administración



oral, subcutánea o intranasal, disponen ahora de un nuevo dispositivo experimental que promete alivio rápido y eficaz, para atajar los brotes dolorosos apenas surjan.

Un equipo del Centro Médico Wexner de la Universidad Estatal de Ohio, han efectuado

la primera cirugía en Estados Unidos para insertar un neuroestimulador que alivia los dolores de cabeza en racimo, dentro de un ensayo clínico multicéntrico, destinado a probar esta nueva terapia para las migrañas más dolorosas. “La cefalea en racimos es

una de las condiciones de dolor crónico más graves e incapacitantes, por lo que es importante tener en cuenta todas las opciones para ayudar a estos pacientes”, según el doctor Ali Rezai, director del programa de Neurociencias del Centro Médico Wexner, y

uno de los desarrolladores de científicos de esta tecnología.

Durante una cirugía ambulatoria, dos especialistas del Centro Médico Wexner (WMC, por sus siglas en inglés) insertaron en un paciente el dispositivo neuroestimulador miniaturizado ATI, a través de una pequeña incisión en la encía del paciente en el lado de la cara afectada por dolores de ese tipo de migraña.

OBJETIVO: BLOQUEAR EL GANGLIO NERVIOSO SPG.

El neuroestimulador, de un tamaño inferior al de una almendra, activa el ganglio esfenopalatino (SPG), un conjunto de nervios que se encuentra detrás de la nariz y que juega un papel importante en los dolores fuertes de cabeza.

Este sistema, desarrollado por Autonomic Technologies (www.ati-spg.com) se completa con un controlador remoto, que cabe en la palma de la mano, y que permite al paciente controlar la estimulación del SPG cuando surge la migraña, pudiéndose ajustar por el médico de forma individualizada gracias a un ordenador portátil.

“A través de una incisión de unos dos centímetros de largo, insertamos el dispositivo y luego lo situamos en la parte posterior del seno maxilar o seno de la mejilla, el área donde se halla el ganglio SPG”, señala el doctor Perter Larsen, uno de los cirujanos que efectuó la intervención y profesor de la cirugía oral y maxilofacial en la Universidad Estatal de Ohio, u Ohio State.

“El dispositivo es muy pequeño, y el paciente ni siquiera siente que está ahí en su mejilla”, asegura Larsen.

“Cuando los pacientes comienzan a sentir una migraña en racimo, aproximan el control remoto de mano a su mejilla para activar el estimulador que bloquea las señales de dolor”, explica los médicos del WMC, que programan el dispositivo.

El SPG es un centro de control de los nervios que se asienta detrás del seno de la mejilla y está involucrado en la transmisión de las señales dolorosas de la cefalea, según el doctor Bradley Otto, el otro cirujano que participó en la cirugía y director de Rinología en la Ohio State.

Otto cree que efectuar un bloqueo o cortocircuito en ese nudo nervioso, “va a ayudar a tratar la migraña en racimos, a menudo llamada “cefalea suicida”, porque los dolores son muy intensos y graves y

causan incapacidad aguda y punzante en el ojo afectado y su zona aledaña, la nariz, la cabeza y la sien”.

“Lo bueno de este dispositivo radica en que no hay baterías internas u otras estructuras que necesiten ser removidas de manera rutinaria y, una vez que hacemos la incisión en la boca y lo insertamos detrás del seno de la mejilla, se puede dejar allí para siempre si así se desea”, enfatiza el doctor Otto.

Las intervenciones del SPG se realizan desde hace 100 años, incluyendo el uso de anestésicos para bloquear este ganglio, o los procedimientos quirúrgicos para cortarlo o quemarlo químicamente. “La principal ventaja de la neuroestimulación es que es reversible y ajustable, simplemente modulando y bloqueando las señales de dolor”, según el doctor Rezai.

En total hasta 120 pacientes con dolores de cabeza en racimo recibirán el dispositivo experimental ATI como parte del ensayo clínico multicéntrico que durará varios años, y en el que además del WMC, participan numerosos centros de tratamiento de esta dolencia, a lo largo y ancho de los Estados Unidos.

CAMBIA EL TIEMPO, DUELE LA CABEZA.

Los cambios meteorológicos pueden exacerbar la aparición de cefaleas, por eso quienes las padecen sufren más ataques cuando el tiempo es inestable, especialmente cuando se nubla, baja la presión barométrica o llueve, según Bayer Health Care, BHC, (<http://blog.bayer.es/>).

Un estudio que confirmó la Universidad de Harvard (EE. UU.) en un trabajo realizado entre más de 7.000 pacientes, matizan desde BHC.

De acuerdo a esta misma fuente, estas cefaleas podrían estar relacionadas con el sistema músculo-esquelético (hueso y vértebras cervicales) de nuestra cabeza y cuello y, por otra parte, la inestabilidad meteorológica favorecería las modificaciones del estado de ánimo, con lo que se afectaría la serotonina, uno de los neurotransmisores más relacionados con la cefalea.

A diferencia de la cefalea en racimo, que requiere medicamentos como los corticosteroides, triptanos y anticonvulsivos, los dolores de cabeza ocasionales leves o moderados, según BHC, pueden aliviarse tomando antiinflamatorios no esteroideos como el ácido acetilsalicílico en la dosis adecuada.

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

CONTACTO PARA PUBLICIDAD

VidaSalud

mariaameliahermosilla@gmail.com

9-2169643

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 Infanto Juvenil Universidad Adolfo Ibáñez
Instituto Chileno de Psicoanálisis ICHPA.

Fonasa - Particulares

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

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
Visitanos en www.dentalaraucarias.cl

N&S Centro Dental 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

Bienvenido septiembre, bienvenidas las calorías extras

Por: Nutricionista Nicole Reinking E.

Septiembre llegó para quedarse! Y junto con él, 3 días de celebración en donde los asados, empanadas, choripán y chicha abundan en nuestras mesas, sufriendo nuestro cuerpo las consecuencias.

Si un adulto en promedio para estas celebraciones aumenta de peso entre 2 a 4 kilos, imaginen los niños! Ellos son el centro de nuestra preocupación actualmente, ya que las cifras de obesidad infantil han aumentado de una manera impensada, por ejemplo el 50% de nuestra población infantil menor de 15 años tiene sobrepeso u obesidad, y un 10,23% OBESIDAD, siendo considerados como el 2° país con mayor Obesidad en Latinoamérica, todo un record!

El futuro de Chile está enfermo, nuestra expectativa de vida va en disminución, si continuamos de esta forma, tendremos de aquí a 20 años más una población adulta enferma, con patologías que antes tenían nuestros abuelos. Mejorar esta realidad depende de nosotros! Aquí algunas alternativas para efectuar en estos días de celebración pensando en los pequeños y grandes de la familia.

(09) 82955080



Tabla calórica

1 Choripán (en marraqueta) (300 kcal)		1 empanada de pino frita (300 a 500 kcal)		Empanada al horno de Carne (pequeña) (145 calorías)	
Costillar de Cerdo 1 porción (200 gr) 560 kcal		Pollo Asado 1 porción (100 gr) 150 kcal		1 Entrecot (300 gr) 495 kcal	
2 Fierritos pollo/posta/lomo centro cerdo 158 kcal		1 plato de papas mayo 400 kcal		1 plato de ensalada chilena 75 kcal	
1 helado de paleta bañado chocolate 282 kcal		1 paleta de frutas + yogurt + endulzante 47 kcal		1 vaso de bebida cola normal 200 ml 88 kcal	
1 vaso de bebida ZERO o 1 vaso de agua 200 ml 0 kcal					

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 CLÍNICA 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

Curso Masaje Reductivo P.E.F.E
Sabado 25 de Julio - ¡Solo 6 cupos!
 Dirigido a profesionales de la estética y personas interesadas.
 Incluye apuntes y diploma de participación
 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.

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

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

ORTODONCIA MODERNA
 PROFESIONALES QUE DAN CONFIANZA
¡AVERIGÜE POR NUESTRA PROMOCION!
 THOMAS JEFFERSON 1550 (Huanhuali / Larrain Alcalde)
 FONO : (051) 2524385
 www.ortodonciamoderna.cl
 Lo más nuevo en tecnología

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

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

Dra. Jimena Zarama
Estética & Age Management

MIESPACIO CLINICO
medicina regeneración tisular

- Envejecimiento
- Várices
- Heridas ulcerosas
- Pigmentación
- Floccidos de tejidos
- Dismorfia facial
- Líneas de expresión

TECNICAS CERTIFICADAS
Cosecha células madre autólogas
Botox Allergan®
Acido hialurónico
Fat Transfer asistida células madre

Centro Asociado de:
GLOBALSTEM CELLSGROUP
REGENERATIVEM CHILE

PRIMERA Y MAYOR RED MUNDIAL ACREDITADA EN CHILE

La Serena · Santiago · Concepción

Av. El Santo 1506 - Detras Mall Plaza La Serena
contacto@miespacioclinico.cl // +56 9 6844 3978

051 252 9312

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

Estadía gratis en Santiago

Dr. Alberto Maldonado Fajardo
Miembro del Depto. de Cirugía
Bariátrica de la Sociedad de Cirujanos de Chile

Fonos:
96221086
42790558

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

Kinesióloga
Annamaría Camelo 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
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

CLINICA DENTAL COQUIMBO

ORTODONCIA
Frenillos Estéticos.
Frenillos Linguales 100% invisibles.

ODONTOLOGIA INTEGRAL NIÑOS Y ADULTOS
URGENCIAS
LIMPIEZAS DENTALES - BLANQUEAMIENTOS
PROTESIS - ENDODONCIAS

DR. PABLO VILLAR SIMON
DRA. MARLENE IDE CASANUEVA

Av. Videla #182 COQUIMBO
WWW.ESTETICAORAL.CL - Fono: 2314 312

Aumento en los casos de cáncer gástrico preocupa a los especialistas de la zona norte

➔ Ante esta alza, expertos se capacitaron en temas relacionados con problemas digestivos.

Por: UCN

Durante la última década, en nuestro país, el número de personas que padecen cáncer de colon y recto ha aumentado en un 120% más, e incluso Chile posee la tasa de mortalidad por cáncer mayor de Latinoamérica.

En el caso de la Región de Coquimbo, las cifras no son alentadoras. De acuerdo a lo que indicó el Dr. Gustavo Bresky, gastroenterólogo y académico de la Universidad Católica del Norte, "en nuestra región el cáncer gástrico está dentro de los promedios nacionales, lo que significa que no es buena la realidad, considerando que Chile es de los países con mayor mortalidad por cáncer de estómago en el mundo".

Y agrega que "somos la única región en la que el cáncer ha alcanzado las tasa de mortalidad de las enfermedades cardiovasculares".

¿A qué se debe este preocupante aumento? Según explica el especialista, existirían tres elementos que podrían explicar esta situación: "aumento de la expectativa de vida por ende tenemos más tiempo para desarrollar cánceres; somos una población con malos hábitos, dieta poco saludable, consumo alto de tabaco, sedentarismo y obesidad, todas estas condiciones favorecen el desarrollo de cánceres; y como país no tenemos programas de diagnóstico temprano de cáncer con niveles de eficiencia adecuados que nos permitan diagnosticar los cánceres en etapas curables", explicó el facultativo.

En ese sentido, el Dr. Bresky señaló que en la UCN se están desarrollando determinaciones de marcadores moleculares de cáncer digestivos como expresiones de genes que se determinan en muestras de deposiciones. "Esto aún no es de uso masivo, pero el camino va por ahí. Por otro lado, el realizar exámenes



Dr. Gustavo Bresky, gastroenterólogo y académico de la Universidad Católica del Norte,

Semana digestiva UCN

Cánceres digestivos, endoscopias de alto nivel, cirrosis, enfermedades gastroenterológicas infantiles y enfermedad inflamatoria intestinal fueron algunos de los temas que se trataron durante la I Semana Digestiva, enmarcada dentro del proyecto "Campaña de capacitación en salud y difusión de temas preventivos con el fin de impactar en el diagnóstico y pronóstico de los cánceres digestivos de la población más vulnerable de la Región de Coquimbo", financiado por el Gobierno Regional Coquimbo.

La iniciativa fue organizada por la Facultad de Medicina de la UCN con el objetivo de integrar las especialidades asociadas a los problemas digestivos y capacitar en un alto nivel a los profesionales de toda la macrozona norte del país.

Claves

SÍNTOMAS DE ALARMA

- Baja de peso
- Sangrado intestinal
- Anemia
- Cambios en la frecuencia de defecación especialmente si aparecen después de los 50 años

mejoras en diagnóstico y tratamiento", afirmó.

Ante este crudo escenario, el Dr. Bresky destaca la labor realizada por la Facultad de Medicina de la UCN, quien, junto al gobierno regional y al servicio de salud Coquimbo, realizan un trabajo mancomunado para desarrollar programas con estándares de calidad internacional en la prevención de los cánceres digestivos. "Nos hemos preocupados de gestar un trabajo coordinado multiinstitucional

y multiprofesional que sea ofrecido a los beneficiarios de nuestro sistema público, de tal manera que no tengan diferencias ni con los estratos socioeconómicos más altos chilenos ni con pacientes de Japón o USA", puntualizó.

RECOMENDACIONES

Como medida de prevención, el Dr. Gustavo Bresky recomendó, por un lado, mejorar los hábitos alimenticios privilegiando el consumo de antioxidantes y reduciendo el consumo de alcohol y tabaco; y por otro, tener una conducta preventiva y realizarse exámenes de rutina anuales, incluyendo exámenes de deposiciones y pruebas hepáticas.

"Es importante acudir a un especialista cuando aparecen síntomas como baja de peso, sangrado intestinal, anemia, cambios en la frecuencia de defecación; si se tienen antecedentes familiares de riesgo o cuando las molestias no ceden con la terapia habitual".

CONVIVENCIA ESCOLAR

El rescate de la afectividad dentro de los colegios

➔ "Los seres humanos somos seres biológicamente amorosos como un rasgo de nuestra historia evolutiva"



Por: Pilar Baeza Carvajal

Humberto Maturana
Biólogo chileno.
Premio Nacional de Ciencias.

Humberto Maturana, biólogo chileno, sostiene que en el mundo occidental - del que formamos parte - las emociones, los sentimientos se han desvalorizado. Creo que todos tenemos claro lo que ya no

está funcionando dentro de nuestro sistema educacional chileno, sin embargo poco sabemos de alternativas que den solución al tema de convivencia escolar. Las problemáticas que ahora se generan en los colegios son muy distintas que hace 15 años atrás, desde que la tecnología evolucionó, nosotros como seres afectivos fuimos aumentando la distancia entre nuestro círculo de seres queridos y amigos. Dentro de las consecuencias de la postergación de la afectividad tenemos: Torpeza afectiva (analfabetismo afectivo), baja consideración de la singularidad, promoción del distanciamiento, Bullying escolar, aumento de patologías psicológicas y la especie humana en riesgo. Desde el inicio de mi etapa escolar, siempre se celebró y premió lo mejor de cada curso... Mejor alumno-a, mejor compañero-ra, los tres mejores rendimientos académicos de cada curso, mejor alianza, etc. Antes que todo, no considero que sea un

error premiar lo bueno, ya que el estudiar y obtener un buen resultado requiere dedicación, pero ¿Por qué dejar a la gran mayoría sin recibir una aprobación positiva? Es entonces que desde allí nace una nueva modalidad de implementar estrategias que generen este vínculo, favoreciendo la valoración de cada niño y niña, disminuyendo la singularidad. Un complemento que genere el mejoramiento y acercamiento de cada integrante de la comunidad educativa: directivos, docentes, padres, apoderados, niños y niñas, rescatando la afectividad dentro de los colegios y eliminando la competencia que genera muchas veces este tipo de modalidad de premio. Los establecimientos se miden en cifras, los niños y niñas son medidos en cifras, acaso, ¿Una buena auto estima aumentaría el rendimiento escolar? ¿El acercamiento y apoyo de nuestro círculo afectivo sería una base que genere el aumento del rendimiento en



cada niño y niña? Es necesario desde ahora cambiar de camino para llegar a las metas en los colegios. Frente a todo lo anterior, me pregunto: ¿Le hemos dado la importancia a personas como: Humberto Maturana, Claudio Naranjo, Rolando Toro, los cuales mencionan o han mencionado la importancia de la afectividad

en los colegios? Si en la práctica todo sigue igual en la gran mayoría de establecimientos educacionales. Los cambios en las personas se generan vivenciando, experimentando, o sea, sintiendo emociones positivas. "Desde el punto de vista pedagógico, lo fructífero no es la intención pedagógica que se tiene, sino el encuentro

pedagógico que se produce. El maestro educa por contagio. Contacto es la palabra clave en la educación" (Martin Buber).

Pilar Baeza C

Directora en Círculos Integrativos
Egresada en Biodanza Acuática
Iniciación al ciclo femenino
Facilitadora en Diosas en Círculos
Fono: +56 975200430 (Wsp)
Circulosintegrativos@gmail.com

Centro Médico Mar de Piel
Salud y Belleza en armonía.

Dra. Mónica Ariño Mojica

Nuevo Procedimiento en Mar de Piel:
Lifting Redensificante con Hilos Tensores
Generadores de Colágeno.
Realice su Consulta de Evaluación en Promoción 2x1.

Ernesto Molina N° 1533, Serena Oriente 1
Fono: 293532 - 92659470
www.mardepiel.com - mardepiel@gmail.com

Botox
Acido Hialurónico
Plasma Rico en Plaquetas
Peeling
Tratamientos Corporales
Spa Relajación
Levantamiento de Glúteos

CLÍNICA DENTAL
AV Alberto Ventura
www.avclinicadental.cl

REHABILITACIÓN ORAL • PRÓTESIS FIJA Y REMOVIBLE • IMPLANTOLOGÍA

VUELVE A SONREIR

22 14 017

Red compra transbank. Huanhuái # 495 • La Serena

GLOBALSTEM CELLSGROUP
REGENESTEM Chile

MIESPACIO CLINICO
medicina regenerativa

PRIMERA Y MAYOR RED MUNDIAL ACREDITADA EN CHILE

Protocolos internacionales de tratamiento con trasplante autólogo de células troncales y factores de crecimiento, realizado en fresco; mayoritariamente ambulatorio; habitualmente con anestesia local y de acuerdo a guías internacionales de manejo de bioseguridad, 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, OPTIMIZACIÓN Y RELLENOS MANOS, CUELLO, ROSTRO, PIEL, HERIDAS, ULCERAS VARICOSAS, CICATRACION.

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

PATOLOGIA CRONICA
Patología crónicas, insuficiencias con daño de organos y tejido físico o neural. Deterioro por envejecimiento o enfermedad.
DIABETES, NEUROPATIAS, PE 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

www.miespacioclinico-cl-wswebde.cl
whatsapp +56 968443878

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

La Serena • Santiago • Concepción
Av. El Santo 1506 - Detrás Mall Plaza La Serena
contacto@miespacioclinico.cl // +56 9 6844 3978

EN LA SERENA
AGENDE SU HORA HOY
051-252-9312

AGORA EN LA NUBIA

Centro de Alta Complejidad en Implantología Estética y Rehabilitación Oral

LOS VALLES
Centro Médico y Odontológico

"50% descuento en rehabilitación con implantes"

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

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

Por: Miespacio

Rejuvenecimiento facial con hilos tensores (Lifting Japonés)

En el mundo de la Medicina nada está dicho. Cada día aparece un nuevo método para mejorar aquellas imperfecciones que preocupan tanto a mujeres como a hombres.

El rostro, sin duda, es una de esas áreas en la que muchos piensan hacer cambios dependiendo de la edad que el paciente tenga.

Es por ello que hoy en día el método más utilizado para lograr estos efectos, se denomina hilos tensores.

El estiramiento facial con hilos tensores es una alternativa conveniente y segura a la cirugía de estiramiento facial tradicional. Diseñado para ser menos invasivo, puede reducir la piel floja alrededor de los pómulos, la línea de la mandíbula y el cuello de manera más rápida y menos riesgosa que el método convencional.

Durante este estiramiento facial se utilizan hilos tensores especiales para sostener discretamente en el lugar a la piel y el tejido facial después de la cirugía. En un procedimiento, se utilizan hilos tensores transparentes para minimizar aún más cualquier rastro de la cirugía. El estiramiento con hilos



➔ **El estiramiento facial con hilos tensores es una alternativa conveniente y segura a la cirugía de estiramiento facial tradicional. Diseñado para ser menos invasivo, puede reducir la piel floja alrededor de los pómulos, la línea de la mandíbula y el cuello de manera más rápida.**

tensores en general no sólo produce resultados notables casi inmediatamente y con menos riesgo e inconvenientes que otros procedimientos más intensivos, sino que sus costos son bastante razonables en comparación con las opciones tradicionales.

¿En qué consiste el estiramiento facial con hilos tensores?

Un estiramiento facial con hilos tensores es una alternativa conveniente y menos

invasiva que los estiramientos faciales tradicionales, diseñada para las personas que experimentan los primeros signos de la edad, como la piel algo floja en la cara. Este innovador procedimiento de estiramiento facial puede realizarse en apenas una o dos horas, a menudo sin necesidad de anestesia. Durante un estiramiento facial con hilos tensores, el cirujano estético inserta delgados hilos en la cara a través de diminutas in-

cisiones en la zona específica. Estos hilos se unen al tejido de la piel y luego se tensan para estirar y alisar la cara. Casi de inmediato, las zonas tratadas se elevarán suavemente, lo que eliminará la piel floja y permitirá que los pacientes tengan un aspecto rejuvenecido. Como el paciente suele estar totalmente consciente durante el procedimiento, puede aprobar los resultados del estiramiento con hilos tensores mientras el cirujano trabaja. Los nudos de los hilos después se ocultan dentro de la misma piel, y las cicatrices son prácticamente invisibles.

Candidatos para el estiramiento facial con hilos tensores

Los mejores candidatos para un estiramiento facial con hilos tensores están entre los 30 y 60 años y tienen una tonicidad relativamente buena en la piel. La mayoría está comenzando a notar la piel floja en la cara o el cuello pero no tiene demasiada piel floja ni zonas faciales que puedan requerir una cirugía de estiramiento facial más

rigurosa. Si los signos de la edad son relativamente mínimos, un estiramiento con hilos tensores puede ser una buena forma de mejorar la estética a la vez que se evitan las cicatrices del estiramiento facial y otros posibles efectos secundarios que a veces ocurren después de procedimientos quirúrgicos más intensivos.

Se Usan Para:
Levantar cejas
Afinar la nariz
Levantar el pómulo
Levantar la línea mandibular
Levantar el mentón
Levantar las mamas
Levantar los glúteos
Para la flacidez de los brazos

Doctora Jimena Zarama, Médica Cirujana, especializada en Medicina Regenerativa podrá darle información útil sobre los diferentes usos del estiramiento con hilos tensores y las técnicas empleadas.

Dra Jimena Zarama
Miespacio Clínico La Serena
051-2529312

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
Atención con bono FONASA, Cruz Blanca y Colmena

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 Pantorrillas,
- 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 La Serena Fono: 051-2-563081 051-2-563080 - Clínica Regional Coquimbo Fono: 051-2-670079 - Centro Médico Prosalud Fono: 051-2-428215/ 051-2-428214

Dr. Alberto Balut Kong
Otorrinaringólogo y Cirugía Plástica Nasal.
Botox y relleno facial

Integramédica - Alberto Solari 1400 - Mall Plaza - La Serena

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

Odontología Avanzada Sonríe

UNA SOLUCIÓN AVANZADA A SU SONRISA
Profesionales, tecnología y atención personalizada

Servicios:
• Diseño de sonrisas.
• Extracciones dentales sin dolor.
• Tratamiento de conducto.
• Implantes de titanio y coronas cerámicas.
• Tapaduras.
• Placas fijas y removibles.
• Frenillos metálicos e invisibles.

ATENCIÓN ESPECIAL AL ADULTO MAYOR
COQUIMBO: Aldunate 1459, oficina 10. Fono: 051-2549136
LA SERENA: Amunátegui 1115, oficina 305. Portal Amunátegui. Fono: 051-2350720

www.odontologiaavanzadasonrie.cl
odavanzadas@gmail.com

CENTRO LASER
OFTALMOLOGIA
CIRUGIA DERMATOFACIAL

DEFECTOS FACIALES
LASER ESTETICA
REJUVENECIMIENTO FACIAL
ENFERMEDADES Y CIRUGIA OFTALMOLOGICA

(51) 222 3962
HUANHUALÍ 735 - LA SERENA