

# NUEVOS TRATAMIENTOS CONTRA EL CÁNCER

4 de Febrero

**DÍA MUNDIAL CONTRA EL CÁNCER**

**CÁNCER EN NIÑOS: TRATAMIENTOS PALIATIVOS**

Día Internacional del Cáncer Infantil **Feb. 15**



**CARDIOPATÍAS CONGÉNITAS**

Día Internacional de las Cardiopatías Congénitas **Feb. 14**



**SALUD BUCODENTAL**

Día del Odontólogo **Feb. 9**



## Colaboradores

### DIRECTOR GENERAL

Dr. Heberto Arboleya Casanova

### COLABORADORES

Dr. Raúl Guzmán Trigueros  
Q.F.B Juan Carlos Ramírez Tapia  
Lic. Enf. C. Ángela Cariño López  
Lic. Enf. O. Catalina Santana Romero  
Dra. Angélica Julián Castrejón  
Dr. Tito Ramírez Lozada  
Dr. Karla Felicia Martínez Medina  
Dr. Iván Romero Coutiño  
Lic Jiavsi García Espejo

### COORDINADOR

Dr. Iván Romero Coutiño

### DISEÑO & EDICIÓN

Lic. Jiavsi García Espejo

- 4** **Nuevos tratamientos contra el cáncer**  
Dr. Raúl Guzmán Trigueros/Área Médica
- 5** **Cursos en línea/Fundación Cruz Roja Mexicana**  
Cursos
- 6** **Nuevos tratamientos farmacológicos contra el cáncer**  
Q.F.B Juan Carlos Ramírez Tapia / CISFA
- 7** **10 datos que debes saber sobre la donación de órganos**  
Collage
- 8** **Cáncer en niños: Tratamientos paliativos**  
Lic. Enf. C. Ángela Cariño López/Subdirección de Enfermería
- 9** **Jornada Mundial del Enfermo**  
Lic. Enf. O. Catalina Santana Romero/Subdirección de Enfermería
- 10** **Salud Bucodental**  
Dra. Angélica Julián Castrejón/Área Médica
- 11** **Tips importantes en la prevención del cáncer**  
Medicina Útil
- 12** **¿Qué es una enfermedad rara?**  
Dr. Tito Ramírez Lozada/Área Médica
- 13** **Tips de seguridad en las Redes Sociales**  
Seguridad
- 14** **Cardiopatías Congénitas**  
Dr. Karla Felicia Martínez Medina / Medicina de Interés
- 15** **Efemérides / FEBRERO**  
Efemérides
- 16** **Cartelera / Recomendaciones para el 14 de Febrero**  
Entretenimiento

# NUEVOS TRATAMIENTOS CONTRA EL CÁNCER

Dr. Raúl Guzmán Trigueros



Durante las últimas décadas, se han hecho, notables avances tanto en el diagnóstico y tratamiento del cáncer, la tendencia actual es **la personalización del tratamiento en base a las características del tumor, factores del paciente y etapa clínica** en que se encuentra el tumor. Los 3 grandes pilares del tratamiento del cáncer (**cirugía, tratamiento sistémico y radioterapia**) han tendió avances en los últimos años y se ha mostrado el beneficio de estos cuando se conjuntan de una manera **multidisciplinaria**. La cirugía ha tenido notables avances con la introducción de procedimientos menos invasivos que ofrecen los mismos resultados que las históricas cirugías agresivas y que mutilaban. La tendencia actual es ofrecer una **cirugía conservadora del órgano y de la función** con la finalidad de incorporar lo más temprano posible a las actividades cotidianas del paciente.

En el campo del tratamiento sistémico, la introducción de las **“terapias blanco”**, ha permitido incrementar de forma significativa, tanto la supervivencia global como la supervivencia libre de progresión de algunos tumores como el cáncer de mama, colón, ovario, riñón, etc. El tratamiento con **“terapias blanco”** ha permitido **mejorar la calidad de vida del paciente durante la administración del tratamiento**, en el que sus efectos adversos son significativamente menores, cuando se comparan con el tratamiento sistémico con citotóxicos.

Por otro lado y a la par de los adelantos en cirugía y en las terapias sistémicas, se encuentran los **avances en las modalidades y técnicas de Radioterapia y Braquiterapia** para el tratamiento de todas las neoplasias. Existen en la actualidad innovaciones terapéuticas como la **irradiación parcial de mama en etapas tempranas** de la enfermedad, algunas modalidades como radioterapia de intensidad modulada, Radioterapia intraoperatoria con Intrabeam®, Radiocirugía estereotáctica corporal con CyberKnife®, las cuales se están implementando en diferentes instituciones, con resultados similares en cuanto al **control local y morbilidad que los tratamiento convencionales**, obteniendo beneficio en cuanto a la duración de los tratamientos y por lo tanto en la calidad de vida de las pacientes.

La principal limitación para la utilización de estas nuevas modalidades de tratamiento es el **costo y la disponibilidad**, ya que sólo se encuentra en algunos centros o instituciones médicas.



# CURSOS EN LÍNEA



## FUNDACIÓN DE LA CRUZ ROJA MEXICANA

Redacción

El **21 de febrero de 1919**, en la casa del doctor López se celebró por primera vez una reunión para iniciar los trabajos correspondientes a la fundación de esta benemérita institución. La **primera sede de la Cruz Roja fue la casa del Dr. Fernando López**, que estaba ubicada en la actual calle de Madero.

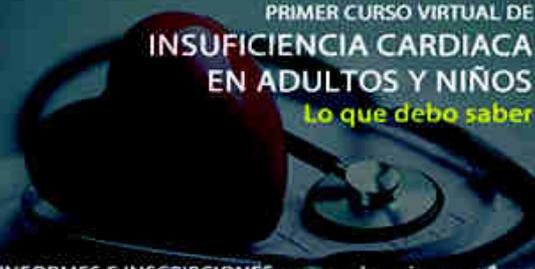
La **primera actuación pública de la Cruz Roja Mexicana fue en 1909**, con motivo de la inundación sufrida por la ciudad de Monterrey. En dicho desastre, ésta proporcionó asistencia médica y medicamentos a las víctimas; como resultado de esta labor, el **gobierno acordó darle a la Cruz Roja, el carácter de "Institución de Utilidad Pública"**.

En 1915, México padeció uno de sus momentos más críticos debido a la escasez de alimentos y la Cruz Roja, ayudó a evitar brotes de epidemia y enfermedades producidas por esta situación.

Los servicios de esta institución son totalmente **gratuitos y se sostiene con donativos y colectas públicas**. Cuenta con delegaciones en diversas ciudades de la República, mismas que trabajan con donativos.



PRIMER CURSO VIRTUAL DE  
**INSUFICIENCIA CARDIACA  
EN ADULTOS Y NIÑOS**  
Lo que debo saber



INFORMES E INSCRIPCIONES [www.aulamejor.com/hraei](http://www.aulamejor.com/hraei)

El HOSPITAL REGIONAL DE ALTA ESPECIALIDAD DE IXTAPALUCA les da la más cordial bienvenida al primer curso virtual de "Insuficiencia Cardíaca en Adultos y Niños"

Disponible vía electrónica a partir del 3 de diciembre de 2013



CURSO VIRTUAL



INFORMES: [www.aulamejor.com/hraei](http://www.aulamejor.com/hraei)



HOSPITAL REGIONAL DE ALTA ESPECIALIDAD DE IXTAPALUCA  
UNIDAD DE CUIDADOS INTENSIVOS INVITA:  
AL PRIMER CURSO VIRTUAL  
"TÓPICOS SELECTOS DE TERAPIA INTENSIVA"

Disponible vía electrónica a partir del 3 de febrero de 2014

CONTÁCTANOS Y  
APORTA AL BOLETÍN  
A TRAVÉS DE

@HRAEIxtapaluca



HRAEI



HRAEI CS



# NUEVOS TRATAMIENTOS FARMACOLÓGICOS CONTRA EL CÁNCER

Q.F.B Juan Carlos Ramírez Tapia



El cáncer es una alteración compleja que registra cada año más de **100 mil nuevos casos** y que provoca cerca de **60 mil muertes en el país**. Los **nuevos tratamientos contra las neoplasias cuestan entre 60 mil y 100 mil pesos al mes**. Quizá “menos del 3% de los enfermos en México puedan comprar estos productos”.

La UNAM y el Instituto de Cancerología (INCAN) desarrollaron una patente basada en la **terapia génica**. El concepto de ésta es simple, en principio: **los tumores apagan ciertos genes que, con ayuda de medicamentos, se encienden**. Eso provoca un “caos” en la célula maligna, que **deja de crecer o muere**.

El grupo de investigación descubrió hace tiempo que la hidralazina, antihipertensivo de uso común, es un eficaz inhibidor de la metilación del ADN. En tanto, científicos alemanes encontraron que el ácido valproico, un antiepiléptico, inactiva con eficacia a las desacetilasas de histonas.

“Existe mucha evidencia de que combinando ambos medicamentos se logran encender más genes en los tumores, y potenciar la actividad antitumoral”. Así nació el Transkrip R/, probado a nivel preclínico (en animales de laboratorio) y clínico (con pacientes), en fases I y II para determinar las dosis y comprobar su eficacia terapéutica y también que no produce efectos colaterales intolerables,

“Los resultados son alentadores, pues en estudios fase II el medicamento ha mostrado su eficiencia en pacientes con cáncer de cérvix, mama, pulmón, ovario y otros, sin efectos colaterales serios, al usarse junto con quimioterapia o radioterapia”.

## Tratamientos contra el Cáncer:

El tratamiento del cáncer **depende de las características de la persona afectada** (edad, sexo y otras enfermedades), **de la ubicación del tumor, del momento en el cual se ha detectado y de su extensión**. Puede estar formado por una sola modalidad o por la combinación de diferentes procesos terapéuticos: cirugía, radioterapia, quimioterapia, terapia hormonal, terapia biológica, trasplante de médula.

## ¿Qué son las terapias dirigidas contra el cáncer?

Son fármacos u otras sustancias que **bloquean el crecimiento y la diseminación del cáncer al interferir con moléculas específicas** implicadas en el crecimiento y el avance de tumores, también se les conoce como fármacos molecularmente dirigidos, la formulación de las terapias dirigidas, requiere la identificación de buenos blancos, es decir, blancos que se sabe tienen una función clave en el crecimiento y la supervivencia de las células del cáncer. Por esta razón se dice con frecuencia que las terapias dirigidas son el producto del “**diseño racional de fármacos**”.

# 10 DATOS QUE DEBES SABER SOBRE LA DONACIÓN DE ÓRGANOS



## Redacción

Donar un órgano es una decisión personal que, de ser tomada, brinda una oportunidad de vida a otro ser humano. En México la cultura de la donación de órganos está creciendo, cada año aumenta la cifra de personas que están dispuestas a unirse al programa de donaciones. De acuerdo a la información publicada por el Centro Nacional de Trasplantes, actualmente son 18 mil 39 personas en espera de un órgano.

En cuanto a los trasplantes realizados en 2013, el Sistema Informático del Registro Nacional de Trasplantes (SIRNT) reportó:

Cornea: **2 mil 983**

Riñón: **2 mil 641**

Hígado: **149**

Corazón: **44**

Pulmón: **1**

Para decidir ser un donante o no, es importante primero estar bien informado, por ello te compartimos **diez datos** que debes conocer sobre el proceso de donación.

- 1) Un trasplante es la **TRANSFERENCIA** de un órgano y/o tejido de un individuo a otro, para reemplazar la función del órgano y/o tejido enfermo.
- 2) Si estás interesado en donar, los **ÓRGANOS ÚTILES** son: corazón, riñones, hígado, páncreas y pulmones.
- 3) Los **TEJIDOS** que pueden ser donados son: córneas, piel, hueso, médula ósea, válvulas cardíacas, cartílago, tendones, arterias y venas.
- 4) Una vez que los órganos han sido extraídos de una persona, tienen **CIERTO PERIODO DE VIDA**: Los huesos duran meses, las córneas cerca de 14 días, los riñones 12 horas, corazón, pulmones e hígado de 4 a 6 horas.
- 5) Los **CRITERIOS PARA LA ASIGNACIÓN** de órganos: gravedad del receptor, ubicación hospitalaria del donador, compatibilidad con el receptor, criterios médicos aceptados, oportunidad del trasplante y beneficios esperados.
- 6) Los donadores en vida deben ser hombres y mujeres **MAYORES DE EDAD**, que tengan buen estado de salud y pleno uso de sus facultades mentales. Sólo en caso de médula ósea es posible la donación de menores de edad.
- 7) Los **MENORES DE EDAD** pueden donar después de la vida, siempre y cuando los padres o representantes legales den el consentimiento expreso para la donación.
- 8) La **DONACIÓN TÁCITA**, ocurre cuando la persona no manifestó en vida negativa a donar sus órganos, así algún familiar presente podría otorgar el consentimiento.
- 9) La **DONACIÓN EXPRESA**, es cuando la persona manifestó su deseo verbal o escrito de querer ser donador. El Cenatra ofrece la posibilidad a través de la **TARJETA DE DONADOR VOLUNTARIO** y el **DOCUMENTO OFICIAL** de la donación.
- 10) Si no estás de acuerdo en ser donante, también puedes dejarlo establecido en una **NEGATIVA EXPRESA**, en un documento público o privado debidamente firmado.

# CÁNCER EN NIÑOS: TRATAMIENTOS PALIATIVOS

Lic. Enf. C. Ángela Cariño López



Actualmente en México, niños y adolescentes que padecen cáncer forman parte del **65 al 90% de las familias sin seguridad social**, NO cuentan con recursos económicos para su atención (gastos excesivos del tratamiento en consecuencia los hogares pierden ahorros, se endeudan, sacrifican el consumo de bienes básicos, educación, vivienda e incluso a la pérdida del patrimonio familiar); **en ocasiones abandonan el tratamiento por falta de recursos.**



Cánceres infantiles más frecuentes son **leucemias, linfomas y tumores del sistema nervioso central (SNC)**. Al ser los niños un miembro vulnerable, la familia se altera funcionalmente, pues todos son sensibles a su sufrimiento. Los niños viven frecuentes hospitalizaciones, largos tratamientos con la consiguiente ansiedad, depresión, sentimientos de soledad por la constante separación de la familia, cambios físicos e inmunitarios, retraso en el desarrollo psicomotor y escolar de los niños.

Hoy día el equipo de enfermería ha vivido un gran **avance académico en la especialidad oncológica** y un importante aporte al cuidado integral, derivado de ello es prioritario que todo niño con cáncer reciba **CUIDADOS PALIATIVOS, hospitalizados o no**, éstos se conforman de atención que ofrece el personal de salud, es **enfrentar adecuadamente las múltiples necesidades de estos enfermos**, con la finalidad de mejorar el control de los síntomas; proporcionar confort y apoyo emocional al niño y a la familia, para **elegir la calidad de vida del paciente individualmente**. Los cuidados paliativos, **pueden ser administrados en el domicilio del paciente disminuyendo los costos, mitigan el sufrimiento de los enfermos cuando la muerte es inevitable**. El concepto de unidades de terapia paliativa son prosperas en Europa y EUA, sin embargo, en México se llevan a cabo en **menos de 10 hospitales**.

## Cuidados Paliativos básicos para ENFERMOS TERMINALES:

Alimentación lo más natural posible.

Aire, aplicación de oxígeno de ser necesario, evitando el apoyo mecánico de la ventilación.

Hidratación, administrar líquidos y electrolitos; evitar la sed, también las secreciones se eliminarán más fácil.

Cercanía de familiares

Comodidad, higiene, cambios posturales y manejo de excretas.

No abandonar al paciente

Eliminar el dolor

Confortar y jugar con el paciente

Permitir el apoyo familiar

Evitar la futilidad en sus diversos cambios de carácter

Mantener comunicación estrecha con la familia



Es indispensable **el trabajo trans-disciplinario del personal de salud**, con la finalidad de generar la sensibilidad y la operatividad de las unidades de terapia paliativa, vinculándose con el **progreso científico y tecnológico fortalecerá el legítimo derecho de atención a los pacientes pediátricos con cáncer.**

# JORNADA MUNDIAL DEL ENFERMO

*Lic. Enf. O. Catalina Santana Romero*



La "Jornada Mundial del Enfermo", se celebra el **11 de febrero** de cada año, en el marco del **día de la Virgen de Lourdes, "patrona de los enfermos"**. Esta conmemoración fue instituida por el Papa Juan Pablo II, desde 1992, con la finalidad de sensibilizar a la sociedad y a las instituciones sanitarias de todo el mundo, ante la **necesidad de proporcionar asistencia de calidad y mantener el compromiso de la sociedad para con los enfermos.**

Por otra parte, también tiene como **objetivo ayudar al enfermo a valorar y vivir el sufrimiento desde el contexto espiritual.**

Este año con motivo de la XXII Jornada Mundial del Enfermo, el Papa Francisco, envió un mensaje dedicado en primera instancia a la sociedad mundial y en especial a quienes padecen alguna enfermedad. El tema específico en esta ocasión es **Fe y caridad**: También nosotros debemos dar la vida por los hermanos, en el cual se hace inminente el llamado a proporcionar **ayuda al que sufre, es decir al enfermo.**

En México, como en el resto del mundo se realizan distintas actividades en apoyo a esta celebración. Las instancias religiosas, establecen principalmente **círculos de oración**, en donde se pide en sus plegarias no solo por los enfermos, sino también por sus familiares y por los profesionales de la salud.

# SALUD BUCODENTAL



*Dra. Angélica Julián Castrejón*

La salud bucodental puede definirse como la ausencia de dolor orofacial crónico, cáncer de boca o garganta, llagas bucales, defectos congénitos como labio leporino o paladar hendido, enfermedades periodontales (de las encías), caries dental y pérdida de dientes, y otras enfermedades o trastornos que afectan a la boca y la cavidad bucal.

Uno de los grandes propósitos en la atención de la salud bucal es la **prevención lo que contribuye a la disminución de las enfermedades buco-dentales**. Es muy importante la educación de la población desde temprana edad sobre el cuidado de los dientes mediante el cepillado, el control de la placa dentobacteriana y el uso del hilo dental.

Las enfermedades bucodentales más comunes son la **caries dental** y las **periodontopatías**. El 60%-90% de los escolares de todo el mundo tienen caries dental; las enfermedades periodontales graves, que pueden desembocar en la pérdida de dientes, afectan a un 5%-20% de los adultos de edad madura, la incidencia varía según la región geográfica; la incidencia de cáncer bucodental es de entre 1 y 10 casos por 100 000 habitantes en la mayoría de los países, los defectos congénitos, como el labio leporino y el paladar hendido, se dan en uno de cada 500-700 nacimientos, la prevalencia de nacimiento varía sustancialmente entre los distintos grupos étnicos y zonas geográficas; y un 40%-50% de las personas VIH-positivas sufren infecciones fúngicas, bacterianas o víricas, que suelen aparecer al principio de la infección.

Las **caries dentales** pueden prevenirse manteniendo de forma constante una alta **concentración de fluoruro** en la cavidad bucal. Ello puede conseguirse mediante la fluoración del agua de bebida, la sal, la leche, los colutorios o la pasta dentífrica, o bien mediante la aplicación de fluoruros por profesionales.

Otra situación que se puede presentar es la presencia de **placa dentobacteriana** que es una película incolora, pegajosa compuesta por bacterias y azúcares que se forma y se adhiere constantemente en nuestros dientes. Si en algún momento esta placa no es retirada puede **endurecerse y convertirse en sarro dental** la cual puede ser la principal causa de las enfermedades de las encías y dan origen a una gingivitis (encías sangrantes, inflamadas y enrojecidas), a enfermedades periodontales (enfermedad de los tejidos de soporte del diente) e incluso a pérdida de piezas dentales.

**RECOMENDACIONES:** cepillado de los dientes por lo menos dos veces al día, utilizar hilo dental y enjuague bucal diariamente para eliminar la placa depositada entre los dientes y debajo de la encía, así como acudir a revisiones dentales periódicas.

El **odontólogo** es quién debe transmitir y reforzar la educación sanitaria con respecto a la boca. Guiar en las técnicas de cepillado, uso del hilo dental, el refuerzo de actitudes positivas en la dieta e higiene. Monitorizar la salud de nuestra boca y el desarrollo de la boca en los niños, actuando cuando sea necesario para corregir situaciones que hagan peligrar esta salud.



# TIPS IMPORTANTES EN LA PREVENCIÓN DEL CÁNCER

Redacción



La exposición a los rayos UV, la contaminación del aire, agua y suelos, las sustancias tóxicas a las cuales el hombre está expuesto, los elementos químicos que son usados en la agricultura y los alimentos, entre otros, son los principales causantes de que día a día la incidencia del cáncer se esté incrementando en gran medida, afirmó la Dra. Aracely Angulo Molina, académica de la Universidad de las Américas Puebla.

En entrevista, la Dra. Angulo comentó que **en los últimos años ésta enfermedad ha tomado mucha relevancia**, "el incremento del cáncer en el hombre se debe a los actuales cambios climáticos que se están observando en el ambiente, a las sustancias químicas a las que está expuesto la persona e incluso al mismo comportamiento biológico del ser humano".

El papel de la nutrición en la **PREVENCIÓN DEL CÁNCER**, juega un papel muy importante debido a que a través de ella se puede retardar o prevenir que los factores pudieran NO presentarse. La elección de llevar a cabo **una buena dieta**, que incluya alimentos, preparaciones y platillos ricos en **antioxidantes y en sustancias como la vitamina C o E**, tiene como resultado el favorecer que mantengamos una buena salud.

## RECOMENDACIONES PARA PREVENIR EL CÁNCER:

NO fumar

Evitar la OBESIDAD

Aumentar el consumo de frutas, verduras y hortalizas, al menos 5 raciones al día

Modera el consumo de alcohol

Realizar mínimo 30 minutos de actividad física al día

Evitar la exposición excesiva al sol, de no ser así APLICAR bloqueador

Chequeos constantes con tu médico de confianza

Prescindir de productos enlatados y embutidos



# ¿QUÉ ES UNA ENFERMEDAD RARA?

**Dr. Tito Ramírez Lozada**



Las denominadas enfermedades raras son aquellas que **afectan a un número pequeño de personas** en comparación con la población general y que, por su rareza, plantean cuestiones específicas. Una enfermedad puede ser rara en una región, pero habitual en otra. También existen muchas enfermedades comunes cuyas variantes son raras.

Hasta la fecha, se han descubierto de **seis a siete mil enfermedades raras** y se describen regularmente nuevas enfermedades en la literatura científica. El número de enfermedades raras depende del grado de especificidad usado al clasificar los diferentes trastornos. Si bien **casi todas las enfermedades genéticas son enfermedades raras**, no todas las enfermedades raras son enfermedades genéticas.

Las enfermedades raras son enfermedades **graves y habitualmente crónicas y progresivas**. En la mayoría, los signos pueden observarse desde el nacimiento o la infancia, como es el caso de la atrofia muscular espinal proximal, la neurofibromatosis, la osteogénesis imperfecta, la condrodisplasia o el síndrome de Rett. Sin embargo, más del 50% de éstas aparecen durante la edad adulta, como sucede con la enfermedad de Huntington, la enfermedad de Crohn, la enfermedad de Charcot-Marie-Tooth, la esclerosis lateral amiotrófica, el sarcoma de Kaposi o el cáncer de tiroides.

El ámbito de estas enfermedades **sufre un déficit de conocimientos médicos y científicos**. Durante mucho tiempo, los médicos, investigadores y responsables políticos desconocían las enfermedades raras y hasta hace muy poco, no existía ninguna investigación real o una política de salud pública sobre las cuestiones relacionadas con este campo. No hay cura para la mayoría, pero un tratamiento y cuidado médico adecuados pueden mejorar la calidad de vida de los afectados y ampliar su esperanza de vida.

Los afectados por enfermedades raras **son más vulnerables en el terreno psicológico, social, económico y cultural**. Estas dificultades podrían superarse mediante políticas apropiadas. Debido a la **falta de un conocimiento científico y médico suficiente**, muchos pacientes **no están diagnosticados**. Sus enfermedades no están identificadas. Estas son las personas que más dificultades sufren para conseguir el apoyo adecuado.

Para todas las enfermedades raras, la ciencia puede proporcionar algunas respuestas; Cientos pueden diagnosticarse actualmente mediante un simple test biológico. El conocimiento de la historia natural de estas enfermedades ha mejorado gracias a la creación de registros para algunas de ellas. **Los científicos están trabajando cada vez más en red, lo que permite intercambiar los resultados de sus investigaciones y avanzar de forma más eficiente.**

Existen grupos tanto en EUA como Europa que ofrecen apoyo para el diagnóstico y tratamiento de enfermedades raras e información relacionada para más de 6.000 de éstas, así como un directorio de los recursos expertos en los países de cada agrupación.

# TIPS DE SEGURIDAD EN LAS REDES SOCIALES

Redacción



¿Son seguras o no las redes sociales? Pregunta de muchas personas se hacen antes de entrar al mundo de las redes sociales; buena parte ingresa aún con el temor de que su perfil sea una **vitrina de su vida personal para personas desconocidas y con malas intenciones**.

Hay formas de evitar inconvenientes y convertir sitios como Fb o Tw en herramientas útiles, de ampliación de conocimientos y como foros de debates.

La división Latinoamericana de ESETU, elaboró una guía de seguridad, señala que los principales riesgos son: **comomalware, el phishing, el robo de información y el acoso a menores de edad**.

Al utilizar estos medios cibernéticos es importante tomar en cuenta que se debe estar un **entorno seguro al momento de utilizar estos sitios**.

## 10 RECOMENDACIONES BÁSICAS PARA EVITAR SER VÍCTIMA DE ATAQUES:

1. **No ingresar a enlaces sospechosos:** Evite hacer clic en hipervínculos o enlaces de procedencia dudosa, evitará páginas web que posean amenazas informáticas.

2. **No acceder a sitios web de dudosa reputación:** Donde el gancho son las promociones.

3. **Actualizar el sistema operativo y aplicaciones:** Tendrás parches de seguridad y software del sistema operativo que evitan la propagación de amenazas.

4. **Aceptar sólo contactos conocidos:** Interactúa sólo con contactos conocidos; evitarás el acceso a los delincuentes.

5. **Descargar aplicaciones desde sitios web oficiales:** Evitarás sitios que simulan programas populares alterados, que contienen algún tipo de malware y descargan el código malicioso al momento que el usuario lo instala en el sistema.

6. **Evitar la ejecución de archivos sospechosos:** NO ejecute archivos a menos que se conozca la seguridad del mismo y su procedencia sea confiable.

7. **Utilizar tecnologías de seguridad:** Antivirus, firewall y antispam son las aplicaciones más importantes para la protección del equipo.

8. **No ingrese información personal en formularios dudosos:** Antes de proporcionar cualquier dato PERSONAL (usuarios y/o contraseñas) corrobore el dominio y utilice el protocolo "HTTPS".

9. **Ojo con los resultados de los buscadores web:** Como usuario debes estar atento a los resultados y verificar a qué sitios se enlaza.

10. **Utilizar contraseñas fuertes:** Con distintos tipos de caracteres y una longitud NO menor a los ocho caracteres. NO usar datos conocidos, como fechas de cumpleaños o apodos y tampoco que sean todos números.



# CARDIOPATÍAS CONGÉNITAS

*Dr. Karla Felicia Martínez Medina*



Las **cardiopatías congénitas** son **defectos cardiacos al nacimiento**, secundarios o alteración en la formación del corazón en la etapa embrionaria.

Existen múltiples factores que contribuyen para la presencia de una cardiopatía congénita, éstos factores pueden ser genéticos, ambientales o multifactoriales, entre los cuales están los siguientes:

- ♥ La madre o el padre tiene una cardiopatía congénita.
- ♥ Un hermano tiene una cardiopatía congénita
- ♥ La madre es diabética.
- ♥ La madre padeció rubéola, toxoplasmosis (una infección transmitida por contacto con la materia fecal de los gatos) o infección por VIH.
- ♥ La madre consumió alcohol durante el embarazo.
- ♥ La madre consumió cocaína u otras drogas durante el embarazo.
- ♥ La madre tomó ciertos medicamentos de venta con o sin receta durante el embarazo.

Aún sin factores un bebé puede tener cardiopatía congénita. Estas **cardiopatías pueden detectarse en el embarazo por medio de ultrasonido, al nacimiento o incluso pueden no dar manifestaciones y pasar desapercibidas los primeros años de vida.**

Los signos de cardiopatía puede ser cianosis, taquipnea, soplo, pulsos anormales (ausentes, saltones etc.), pobre ganancia de peso, sudoración a la alimentación. Puede haber cardiopatías sin soplos

Las **cardiopatías más frecuentes son los defectos a nivel septal** como: comunicación interauricular, comunicación interventricular y conducto arterioso persistente sobre todo manifestada al nacimiento

ésta última, éstas son también llamadas **cardiopatías acianógenas**.

El diagnóstico incluye: revisión médica, estudios de gabinete (radiografía, electrocardiograma) y el estudio confirmatorio que es el Ecocardiograma, en algunos casos se requiere cateterismo cardiaco diagnóstico.

El tratamiento dependerá según la cardiopatía: puede ser quirúrgico y/o por cateterismo cardiaco, curativo al 100% o paliativo según la gravedad de la misma.



# EFEMÉRIDES FEBRERO

Redacción



- 2** Día de la Candelaria
- 4** **Día Mundial contra el Cáncer**
- 5** Aniversario de la Promulgación de la Constitución de 1857 y 1917
- 6** 1917 Se establece el "Sufragio efectivo, No reelección"
- 9** Día del Odontólogo  
1910 Nace Jacques L. Monod, biólogo francés, premio nobel de medicina en 1965
- 10** Día de la Fuerza Aérea Mexicana
- 11** Jornada Mundial del Enfermo
- 12** 1809 Nace Charles Darwin  
1847 Nace Thomas Alva Edison, inventor y empresario  
1860 Fallece el Dr. Manuel Eulogio Carpio, cofundador de la Academia de Medicina
- 14** Día de las Cardiopatías Congénitas  
Día del Telegrafista  
269 Fallece Valentín, monje cristiano.  
Celebración del Día de San Valentín o del Amor y la amistad
- 15** Día Internacional del Niño con Cáncer
- 18** Día Mundial del Síndrome de Asperger
- 19** Día del Ejército Mexicano
- 20** Día Mundial de la Justicia Social
- 21** 1919 Fundación de la Cruz Roja Mexicana
- 24** Día de la Bandera Nacional Mexicana
- 25** 1841 Nace Pierre Auguste Renoir, pintor impresionista
- 26** 1936 Se crea en Alemania la marca de Volkswagen
- 29** Día Nacional del Trasplante
- 28** Día Mundial de las Enfermedades Raras  
1525 Fallece Cuauhtémoc

DÍA MUNDIAL CONTRA EL CÁNCER

# ENTRETENIMIENTO



Redacción

## CINE



### Lego la película

Género: Infantil  
Director: Christopher Miller, Phil Lord  
7 de febrero



### La vida de Adele

Género: Drama  
Director: Abdellatif Kechiche  
14 de febrero



### El sueño de Walt Disney

Género: Drama  
Director: John Lee Hancock  
21 de febrero



### 12 años esclavo

Género: Drama  
Director: Steve McQueen  
21 de febrero

## TEATRO

### Un corazón normal

Teatro Helénico / Drama

Horario: Viernes 20:30 horas, sábados 18:00 y 20:30 horas, domingos 18:00 horas

Boletos: \$450, \$350 y \$250. Adolescentes y adultos



### Extraños en un tren

El Telón de Asfalto / Drama

Horario: Viernes 21:00 horas, sábados 18:00 y 20:30 horas, domingos 17:00 y 19:30 horas

Boletos: \$500 y \$300. Adolescentes y adultos



### Penelopías

Teatro Hipódromo Condessa / Comedia

Horario: Viernes 21:15, sábados 20:00 horas, domingos 18:00 horas

Boletos: Entrada general \$370. Adolescentes y adultos



### La Radio de Marie Curie

Teatro Universum / Monólogo

Horario: Sábados y domingos 16:30 horas

Boletos: Entrada general \$80, universitarios \$70  
Adolescentes y adultos



## RECOMENDACIONES PARA EL 14 DE FEBRERO

El 14 de febrero no tiene por qué salir en un ojo de la cara. Sí, es importante hacerle sentir a esa persona especial amada, sin echar la casa por la ventana. Así que si tu cartera no está para derroches pero quieres romancear como se debe, te sugerimos un par de alternativas donde gastarás menos de \$200.00 pesos por persona.

### CUPCAKES BY TOM

Con un ambiente correcto, aquí puedes lograr una velada mágica. Sólo recuerda el sabor favorito de tu pareja y sorpréndela con un dulce recuerdo y un café calentito. En una de esas hasta los cupcakes de Tom te los decoran con algún momento de tu relación.

Chilpancingo 35, Roma, 5564 8459.



### FUGA CHOCOLGY

No hay mejor regalo de "San Valentín", que un rico chocolate y que mejor de este sitio, donde lo preparan de todas las formas que puedas pensarlo: con fresas, en fondue, shots de cacao y hasta paletas heladas. Empalágate con la mejor compañía y dedícale a tu pareja un momento calórico inolvidable. Te recomendamos pedir un surtido de trufas para compartir.

Javier Barros Sierra 540, Santa Fe, 2591 0592.