



Año 5, Edición no. 58 - [10 págs.] - Tijuana, B.C - Junio 2017

actual

## LAS EMOCIONES QUE CARCOMEN A LOS CABALLEROS

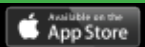
### ¿EL ESTRÉS ENGORDA?

### ANDROPAUSIA ¿LA MENOPAUSIA MASCULINA?

# DOCTORA LUCY LILIAN LOPEZ

## REMEDIA LO QUE EL ESTRÉS HACE CON TUS DIENTES

DESCARGA  
MUJER ACTUAL  
Y SALUD ACTUAL  
EN VERSIÓN  
DIGITAL  
DISPONIBLE EN



# MENSAJE EDITORIAL

## Buscando plenitud fuera de máscaras

Por cuestión cultural a los hombres se les ha enseñado que deben de ser fuertes, y que el expresar emociones o hablar de los problemas es algo que se permite exclusivamente a la mujer. Por eso los hombres se acostumbraron a utilizar caretas, lo que no les ayuda ni a ellos, ni a sus parejas, ni a las personas a su alrededor en el trabajo. Por ello en el artículo de: Buscando plenitud sin doblegarse, les invitamos a aprender a verbalizar y a externar sus sentimientos. A hablar y a soltar, pues sabemos que si lo hacen, sin duda se sentirán liberados.

Por otro lado vamos a hablar del estrés en dos facetas. La primera, será sobre su relación con la dentadura y cómo la puede afectar, lo que si no arreglamos y tratamos a través de un experto, puede a su vez repercutir en otras áreas del cuerpo como la simetría del mismo, además de mermar nuestra calidad de vida. Esto tiene solución, pero te ayudaremos en primera instancia a detectarlo para que pidas ayuda, y no se vayan desgastando más tus dientes.

Por otro lado hablaremos sobre la relación del estrés y el incremento de peso. ¿El estrés engorda? La respuesta la encontraremos de parte de una de nuestras nutriólogas de cabecera, quien además nos dará consejos importantes para reducirlo.

Por otro lado hablaremos sobre la andropausia, un momento difícil en la vida de un hombre, que ha sido llamada también como la menopausia masculina. Hablaremos sobre sus síntomas.

Y ya por último, con un tema también enfocado en los caballeros, vamos a hablar de las ventajas en la salud del ser hombres, y les invitaremos a que no se confíen y a que acudan más al médico para revisarse.

Así que esperamos que esta edición te sea de utilidad y que aprendas a reducir tu estrés para que no tengas después que atender las repercusiones que ha tenido en tu cuerpo, y que también te des permiso como hombre de expresarte, de hablar de tus problemas, sacarlos pues, antes de y ser mucho más feliz.

¡Gracias por hacernos parte de tu día y parte de tu vida!

**CRÉDITOS**  
**DIRECTOR GENERAL**  
Saída Muriel Hid  
saida@revistamujeractual.com

**DIRECTOR DE DISEÑO**  
Lorena Soria Ruiz  
lorena@revistamujeractual.com

**EDITOR EN JEFE**  
Ana Patricia Valay  
paty.valay@revistamujeractual.com

**DISEÑO PUBLICITARIO Y REDES**  
Aurora Preciado  
aurora.preciado@revistamujeractual.com

**ASISTENTE DE DIRECCIÓN**  
Diana Moreno  
diana.moreno@revistamujeractual.com

**ATENCIÓN A CLIENTES**  
Fernanda Fontes  
Rosa E. Santiago  
Amy Ramos

**COLABORADORES**  
Montserrat González  
Lorena Celine Dhir  
Dra. Karla Vianey Juárez Gray  
Dr. Henry Aristotéles Mateo Sáñez

**FOTÓGRAFOS**  
León Felipe Chargoy [664] 364.0444  
Rafael I. Ramírez [664] 277.0044  
Abigail Fotografía [664] 219.6388  
Garage Photo Studio [664] 225.0400  
Victor Hernández Photography [664] 805.30.22 y [619] 600.02.28

**SERVICIO A CLIENTES**  
Oficina [664] 216.15.12 y 13  
Celular [664] 674.57.66  
ventas@revistamujeractual.com

**REPRESENTACIÓN EN SAN DIEGO**  
Energy Communications  
[619] 585.93.98  
y [619] 585.94.63  
637 3rd. Avenue Suite B  
Chula Vista, California 91910  
salesusa@revistamujeractual.com



Salud Actual es una publicación mensual editada y distribuida por Comunicaciones Actuales S. de RL. de C.V., oficinas comerciales en Blvd. Díaz Ordaz 13251, local B-14, fracc. La Escondida, La Mesa, Tijuana B.C. Todos los derechos de reproducción del material editorial son propiedad de Comunicaciones Actuales S. de RL. de C.V. Certificado de Reserva de Derechos INDAUTOR 04-2016-080913593900-102. **Salud Actual es una marca registrada ante IMPI, expediente no. 43797. Certificado de licitud de título (en trámite), certificado de licitud de contenido (en trámite).** Año 5, edición 57, inicio de impresión el 15/04/2017. Los autores son los únicos responsables por su opinión y no necesariamente expresan la de los editores. **Salud actual investiga la seriedad de sus anunciantes, mas no es responsable por las ofertas o información que aparece en los anuncios. Edición mensual. Tiraje 25,000 ejemplares.** Salud Actual es distribuida de manera gratuita en las ciudades de Tijuana, Rosarito, Ensenada, Valle de Guadalupe y San Diego.

Certificado de circulación, cobertura y perfil del lector folio 00244-RHY emitido por y registrado en el Padrón Nacional de Medios Impresos de la SEGOB.

# ¿El estrés engorda?

- Monserrat González -

**A**lguna vez has escuchado o conoces a alguien que subió de peso por vivir bajo un estrés constante? Cuando el cerebro detecta la presencia de una amenaza o peligro, el cuerpo libera sustancias químicas como la adrenalina y el cortisol; esta última, denominada como la famosa "hormona del estrés".

A corto plazo la adrenalina elimina el hambre, sin embargo una vez que ésta desaparece, el cortisol comienza a 'jugar' su papel, esti-

mulando el incremento del apetito, y por desgracia, durante este proceso no se eligen las mejores opciones, o bien, las más saludables.

Durante este periodo de estrés, el cerebro elige en su mayoría alimentos ricos en calorías vacías, es decir, altos en calorías y vacíos en nutrientes. Así que, en efecto, el estrés aumenta el deseo de comer por ansiedad, y no por necesidad.

*\*El autor tiene la Licenciatura & Maestría en Nutrición.*

**Instagram:** nutritionist\_monserratgg

**Youtube:** nutresmg **Facebook:** nutresmg

**Correo:** nutres.mg@hotmail.com

## Hábitos que ayudan:

1. **PRACTICAR** ejercicios de meditación, de estiramiento y relajación (yoga, pilates). Realizar actividad física (aeróbica y anaeróbica).
2. **EVITAR EL TABACO**, alcohol o cualquier es sustancias adictiva.
3. **DORMIR** al menos 8 horas al día.
4. **SONREÍR**.

## Alimentos que ayudan:

1. **RICOS EN VITAMINA C** – Esta ayuda a inhibir el cortisol. **POR EJEMPLO:** naranja, toronja, limón, y jitomate.
2. **RICOS EN ÁCIDO FÓLICO** y Vitamina B – Estos nutrientes estimulan la producción de serotonina. **POR EJEMPLO:** verduras de hoja verde obscuro, leguminosas, pescados, huevo, carne, cereales, y frutos se-cos.
3. **RICOS EN MAGNESIO** – Esta Vitamina ayuda a equilibrar el sistema nervioso. **POR EJEMPLO:** eguminosas y frutos secos.



Aquí cuentas con un grupo de especialistas entregados a recibir y mantener *el milagro de la vida*

**HMN HOSPITAL**  
DE GINECOLOGÍA Y OBSTETRICIA

desde el principio...  
*siempre contigo*

- Ginecología
- Pediatría
- Cirugía general
- Cirugía dental pediátrica
- Cirugía plástica
- Traumatología
- Cardiología
- Urología
- Laboratorio y Rayos X

Diego Rivera #2312 Zona Río, Tijuana, B.C.  
Tels: (664) 215.6464 | 215.9194 | 634.2675 | 634.2878  
www.hmn.com.mx

# CABALLEROS, ES TIEMPO DE CAMBIAR "BUSCANDO PLENITUD SIN DOBLEGARSE"

POR LORENA CELINE DHIR

**D**urante años, en los caballeros ha prevalecido la razón

muy por encima de cualquier emoción: llorar, mostrarse eufórico o simplemente quejarse por derecho, porque entre otras, son expresiones que se le han atribuido al sexo femenino.

No es una historia ajena a nuestra cultura ver a una niña llorar y preguntar qué le pasa. Por el contrario, lo común también es ver a un niño en la misma situación, y pedirle que deje de hacerlo, para que exponga porqué llora.

## ¿Y QUÉ HAY DETRÁS DE ESAS MÁSCARAS QUE USAN ANTE OTROS?

Sé que las cosas han cambiado; que a medida que pasa el tiempo ha mejorado la manera en que el

*Con el corazón abierto, el dedo en la llaga, con un esfuerzo enorme por esconder el alma y saturar un ego; de afirmar con certeza que todo está bien. Porque las etiquetas pueden definir historias, porque el dolor no es exclusivo y las lágrimas menos; siempre buscando sobrevivir ante la ley del más fuerte, el hombre va en busca de la plenitud sin doblegarse*

hombre o la mujer se sensibilizan, pero sé también qué máscaras, se esconden detrás del esfuerzo de un hombre que llega cansado a casa y a quien no le ha ido bien en el trabajo; o qué oculta este caballero por esa vez que el tiempo no le alcanzó para ver un partido de sus

hijos, tan sólo por traer el sustento, o qué es lo que existe en su interior por simplemente no sentirse atractivo o joven, entre otras cosas. Tiene que callárselo y seguir con la rutina.

Ser el fuerte, la cabeza de familia, papá, esposo, hermano, hijo, amigo, productivo, y trabajador, son funciones que definen a un hombre, sin tener acceso a hablarlo hasta que ya no puede más. Nadie le ha dicho nunca que no debe hablar, o que debe reprimir lo que siente, pero el orgullo, las etiquetas, aquello que se espera, lo moral o socialmente aceptado, es un peso sobre de ellos, que pasamos por alto.



## NO EXTERNAN EMOCIONES

No siempre estamos preparados verbalmente para explicar y soltar lo que nos pa-sa, y también es cierto que la palabra 'ayuda profesional' o simplemente 'ayuda' ( por significar esta

### RECORDEMOS LAS EMOCIONES BÁSICAS:

- >> La felicidad
- >> El enojo
- >> El miedo
- >> La tristeza

**No hablar ni soltar tienen sus consecuencias Recordemos que la restricción de la expresión emocional en la vida de muchos hombres puede llevar a:**

- >> Aislamiento.
- >> No sentir comprensión o apoyo.
- >> Tensión corporal.
- >> Falta de comunicación en la pareja, familia o amigos.
- >> Una percepción de falta de capacidad para tener relaciones íntimas sin dificultades.
- >> Desvalorización.
- >> Depresión, insomnio y ansiedad.

sencillamente porque detrás de una pelea de hombres, carro a carro ( lo menciono porque es muy común) a veces lo que hay es un desagüe emocional de frustraciones, que evidentemente no ha salido a la luz.

## ¿Y POR QUÉ TANTA INSISTENCIA EN HABLAR Y SOLTAR?

Porque cuando el ser humano verbaliza, se escucha y deposita sus emociones en otro lugar fuera de él, esto le hace sentir alivio.

## ¿QUÉ ES SOLTAR?

Palabra que todos mencionan pero muchos no entendemos. Soltar es detectar la emoción o el conflicto que define mi estado de animo durante el día o la semana. Detectarlo para trabajarlo, y trabajarlo para que NO afecte la funcionalidad de la vida diaria.

## AYUDAR A QUE 'EMERJAN' LAS EMOCIONES MASCULINAS

Como mujer es nuestra responsabilidad entender que somos diferentes, y que expresamos diferente, y respetar. Preguntar sin hostigar, sólo por un genuino interés y amor. Los hombres son prácticos y no detallistas. El hecho de reconocer que algo pasa ya es una apertura.

*\*Lorena Celine Dhir es Psicóloga clínica especialista en terapia corporal.*



## Dr. Oscar L. Villaverde Retes

Ginecología y Obstetricia

### Especialidades:

- **Ginecología y Obstetricia**
- **Videocolposcopia**  
Detección y tratamiento de virus de papiloma humano y displasias.
- **Ultrasonidos 4D y 5D,**  
pruebas de bienestar fetal, diagnóstico prenatal.
- **Cirugía Ginecológica,**  
Laparoscopia, Partos y Cesáreas.
- **Pedriatria**  
Dr. Claudia C. Osuna S.
- **Otras especialidades**  
Odontología, Cirugía Estética, Medicina Familiar, Laboratorios.
- **Lap-band (Banda gástrica).**
- **Esterilidad.**

ATENCIÓN  
MÉDICA  
24 HORAS



tel: **681.85.11** cel: (664) **666.10.94**  
villaverderetes@yahoo.com.mx  
www.cemiquunidadmedica.com

Av. Las Palmas 4531  
Fracc. Las Palmas, Tijuana, BC



# EL ESTRÉS afecta los dientes

POR ANA PATRICIA VALAY

**V**ivimos en un mundo cada vez más estresante por la competitividad en las empresas; el tráfico desbordante de las calles de Tijuana; las tareas, los exámenes, las exposiciones frente al grupo; y la economía difícil.

## ¿PERO SABÍAS QUE EL ESTRÉS AFECTA TUS DIENTES?

Eso es lo que pocos sabemos, y además, de que no sólo estos sufren desgaste sino

que puede provocar contracturas musculares, y se generan malas posturas.

## CONSECUENCIAS DE APRETAR LOS DIENTES POR ESTRÉS

"Cuando los pacientes no saben manejar las emociones, cuando no las saben canalizar, inconcientemente están apretando los dientes, y todo lo que es el sistema cráneo-cérvico-mandibular se ve afectado, porque al estar apretándolos, los músculos cambian la tonicidad, y todo esto es causa que la cara y el cuello se contrac-

turen", afirma la Dra. Lucy Lilian López con una especialidad en Ortodoncia, y un diplomado Roth Williams con una sub-especialidad en la articulación en forma mandibular y la ortodoncia.

La especialista como pocos, quien tiene su consultorio en SIMN-SA, afirma de las consecuencias de no controlar emociones y apretar los dientes.

"Cambia la tonicidad de los músculos y se empiezan a crear malas posturas,

y cuando esto sucede, las primeras siete vértebras se ven afectadas; después empiezan a tener do-

# SÍNTOMAS

1. **SE PIERDE** la sustancia dentaria y los dientes se vuelven muy sensibles al frío, al calor, a comer dulces.
2. **LO MÁS GRAVE**, es que hay personas que incluso pierden toda sensibilidad. Es decir, tienen el diente súper desgastado pero dicen no sentir nada cuando mastican lo arriba mencionado.
3. **SE LLEGAN** a tener dolores intensos de cabeza
4. **SE SIENTE CANSANCIO POR LAS MAÑANAS**, cuando se supone que después de dormir es cuando estamos más despiertos y con energía.
5. **PRESENTAN DOLOR DE CUELLO**, que es cuando las 7 vértebras se afectan.
6. **PRESENTAN DOLOR** de espalda.
7. **PRESENTAN FATIGA** y agotamiento a lo largo del día.

## RECOMENDACIÓN

» Si tú, o tu hijo adolescente, o tú niña(o), o tu padre o madre ya en la tercera edad, presentan alguno de estos síntomas, acude con un experto a consulta, para que te haga un diagnóstico. El procedimiento es muy sencillo, sólo se necesitan radiografías.

## TRATAMIENTO

"Cuando inicio el tratamiento, son unas férulas las que utilizo para desprogramar a los pacientes. La utilizan por tres meses, no se la quitan para nada, para que amortiguan la fuerza de la mordida, y eviten que los músculos se contracturen, y por el contrario los descontracturan", afirma la Dra. Lucy Lilian López, y agrega. "Yo no trabajo sola, les doy mi diagnóstico y ellos van con un fisioterapeuta. Cuando terminan el tratamiento por tres meses, empiezo a reparar los dientes que están desgastados, les devuelvo a dar forma para que vuelva su función", afirma.



FOTO: Garage Photo Studio

lores en la cadera o en las rodillas".

Además empieza a darse la falta de concentración porque cuando están afectadas las vértebras, no recibimos la suficiente oxigenación, y también tenemos problemas de retención.

Incluso la persona pierde la armonía y simetría de su cuerpo, y de pronto la comisura de los labios, tiene un lado más abajo que el otro, una oreja está más alta, y un hombro más arriba que el otro.

## ¿PERO CÓMO SABER SI PADEZCO DE ESTO?

De entrada si conociéramos más nuestro cuerpo, si fuéramos más observadores y no justificáramos todo o decidiéramos vivir con dolor, eso ayudaría, pero por ello, vamos a decirte cuáles son los síntomas para saber si tenemos ya un problema con nuestros dientes.

## -¿Y SI NO SE ATIENDEN QUE PUEDE PASAR?

—Cuando ya tienen pérdida de hueso, pues ya es más profundo el tratamiento. Hay que hacer extracciones pues para poner la férula tiene que haber movimiento, tiene que haber contacto entre los dientes. Si la persona está desdentada, no puede ponerse la férula.

—Así que les tengo que devolver la función de cómo debe masticar correctamente para que no siga contracturando la musculatura. Pero a veces dicen: Ya tengo toda la vida con esto. ¿Ah sí? les digo. Pues usted me dice, y le ponemos un plastiquito transparente de acetato encima de sus dientes para evitar que estos se sigan desgastando, pero no se corrige el problema.

Así que la recomendación es no permitir que nuestros dientes se sigan desgastando, aprender a controlar nuestras emociones, pero si ya se tienen los síntomas, ir con el especialista para un diagnóstico, y no dejar que el problema avance.

## DATOS

FACEBOOK  
Del Río Dental Care

# ¿Es la ANDROPAUSIA la menopausia masculina?

POR DRA. KARLA VIANEY JUÁREZ GRAY  
Y DR. HENRY ARISTOTÉLES MATEO SÁNEZ

**E**s sabido que con el paso de los años todo nuestro organismo sufre cambios relacionados a la edad, desde la infancia, adolescencia, la edad adulta y hasta la conocida tercera edad. En el caso de las mujeres, después de que pase un año del cese de su menstruación, se dice que se encuentran en la menopausia, y se entiende como climaterio al periodo de transición en el que los ovarios disminuyen su producción de hormonas, que puede durar de 1 hasta 10 años, incluso después de la menopausia, en el que se presentan la mayoría de los cambios ya conocidos, que principalmente son de carácter emocional, físico y sexual. La gran mayoría de las mujeres que presentan estos síntomas saben identificarlos, acuden a su médico e inician con la terapia de reemplazo hormonal.

## PERO ENTONCES QUEDA LA DUDA, EN EL CASO DE LOS HOMBRES, ¿PASAN TAMBIÉN POR ESTOS CAMBIOS HORMONALES?

La respuesta es que obviamente sí, es sólo que su cambio se va dando de una manera len-



ta y progresiva, de tal manera que a veces es difícil reconocer en qué momento se inicia.

## ¿QUÉ ES LA ANDROPAUSIA?

Se le conoce a la disminución de la producción de testosterona, o bien disminución en los receptores de esta hormona, la cual se presenta en aproximadamente el 40% de los hombres de entre 45 y 55 años, y el 60% en quienes tienen más de 65 años. En algunas ocasiones pueden no presentar síntomas tan marcados, pero esto no significa que los niveles de testosterona no estén disminuyendo.

El hecho de que este sea un diagnóstico poco común deriva en la dificultad de aceptación por parte de los hombres, ya que les cuesta un gran trabajo admitir que hay un problema y sobre todo que se debe a que sus hormonas sexuales se encuentran en declive por lo que sienten que esa disminución los hará menos hombres.

Aunado a esta negación por parte de los pacientes se suma el hecho de que algunos médicos no toman en cuenta que los síntomas presentados se pudieran deber a los niveles bajos de testosterona, por eso es importante que todos los hombres sepan reconocer los síntomas relacionados, para que así puedan acudir a consulta e iniciar con su terapia de reemplazo, con el fin de mejorar su salud tanto física/sexual como emocional.

## LA ANDROPAUSIA SE PRESENTA DE FORMA VARIABLE

Por ello, el diagnóstico es difícil, pero se pueden agrupar en cambios a diferentes niveles: General: disminución en vello corporal, disminución de la fuerza, aumento de grasa abdominal, disminución en la densidad ósea (llevando como consecuencia la predisposición a fracturas patológicas), e incluso pueden presentar los mismos fenómenos vasomotores conocidos como bochornos, sudoración nocturna y palpitations. Esfera mental: dificultad para concentración, irritabilidad, depresión y fatiga. Sexualidad: disminución en la libido, menor cantidad de erecciones así como menor duración de la misma. Todo esto afectando la calidad de vida en todos los entornos desde lo familiar a lo social así como el impacto en la autoestima y autoimagen.



# LAS VENTAJAS DE SER HOMBRE EN MATERIA DE SALUD

CONSEJOS DE SALUD HOMBRE

POR REDACCIÓN SALUD ACTUAL

La salud es primordial en nuestras vidas, pero la verdad es que a veces no le damos la atención requerida. Aunque tengamos que hacer miles de cosas al día y creamos que el tiempo nunca es suficiente, debemos de cuidar de ella lo mejor posible.

En este mes que celebramos a los padres preparamos un pequeño listado de enfermedades que los hombres son menos propensos a padecer a causa de factores biológicos y genéticos que los distinguen de las mujeres.

Además, ante el hecho de que los caballeros acuden menos al médico a revisarse y viven en promedio cinco años menos que las mujeres, te dejamos una serie de pasos que pueden seguir para mantener un buen nivel de salud, recuerden que todo cuenta y que hasta el mínimo cambio puede hacer una gran diferencia.

**1. TIENEN MENOS POSIBILIDADES DE SUFRIR DEPRESIÓN.** Actualmente se calcula que 300 millones de personas en todo el mundo sufren depresión, de acuerdo a la Organización Mundial de la Salud, este trastorno afecta más a las mujeres que a los hombres. Aunque no se tiene una razón clara de esto, pero algunos profesionales sanitarios dicen que esto se debe a que las mujeres experimentan cambios hormonales durante la menstruación, el embarazo, el parto y la menopausia, lo que podría contribuir a la depresión y complicar su tratamiento.

**2. ES MENOS PROBABLE QUE PADEZCAN ENFERMEDADES DEL SISTEMA INMUNOLÓGICO.** El propósito del sistema inmunitario o inmunológico es proteger al organismo contra microorganismo invasores, cuando éste es quien ataca al propio cuerpo, ocurre lo que se conoce como un trastorno autoinmune, como el lupus, el cual afecta principalmente al sexo femenino. Las enfermedades de este tipo se registran en los hombres en menor cantidad que en las mujeres. Según el Official Journal of The American Society for Investigative Pathology, solamente en EU, casi un 80 por ciento de los casos registrados son de mujeres, mientras que el restante son de varones.

**3. MENOR REGISTRO EN CASOS DE ESCLEROSIS MÚLTIPLE.** De acuerdo a un artículo publicado en el Huffington Post, la esclerosis múltiple es una enfermedad crónica del sistema nervioso central que es tres veces menos común en el sexo masculino. Tres de cada cuatro personas diagnosticadas son mujeres.

## EN BREVE...

El 53% de muertes por enfermedades DEL CORAZÓN se registran en hombres.

\*FUENTE: IMSS



*Faciales*  
**\$399**  
pesos

*Botox*  
**2x1**

*Masajes*  
**\$399**  
pesos

Promociones válidas sólo en Sucursal Río mencionando este anuncio.

Vigencia: Junio 2017

**¡Llámanos!**

Plaza Minarete • Zona Río

**215.1692**

Whats App: (664) 769 4750

Blvd. Sánchez Taboada 10737-2, Col. Aviación



belletzamedicaspa

# Tu belleza merece manos expertas

**Dr. Eulices Frayre**  
MEDICINA ESTÉTICA

10  
AÑOS  
CONTIGO



Certificados de regalo disponibles

- ✓ SPA
- ✓ CIRUGÍA ESTÉTICA
- ✓ DEPILACIÓN LÁSER
- ✓ MEDICINA ESTÉTICA

(664) 634 28 28



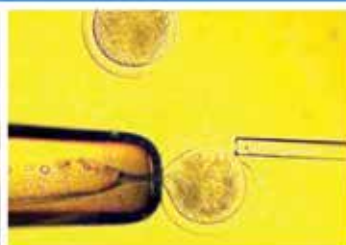
(619) 730 41 12

[www.belletzamedicaspa.com](http://www.belletzamedicaspa.com)



BelletzaMedicaSpa

*“Haz tu sueño realidad, llevar un Bebé sano a casa”*



## CLINICA DE LA FERTILIDAD DE BAJA CALIFORNIA

**DR. HENRY A. MATEO SÁNEZ**

GINECO-OBSTETRA | BIÓLOGO DE LA REPRODUCCIÓN HUMANA

MIEMBRO DE LA ASOCIACIÓN MUNDIAL DE ENDOMETRIOSIS  
UNAM - INSTITUTO NACIONAL DE PERINATOLOGÍA



HOSPITAL  
SANTA ROSA  
DE LIMA



- Tratamiento de endometriosis e inducción de ovulación
- Inseminación artificial.
- Microcirugía de las trompas de Falopio.
- Andrología (Tratamiento de esterilidad masculina).
- Endocrinología Reproductiva.
- Video/Laparoscopia/Histeroscopia.
- Ultrasonido en tercera y cuarta dimensión.
- Embarazo de alto riesgo.
- Fertilización IN VITRO.
- (ICSI) Inyección del espermatozoide dentro del óvulo.
- Vitriificación (congelación) de óvulos.
- Profesor asociado del Consejo Mexicano de Ginecología y Obstetricia.

- Miembro de la Asociación Mexicana de Medicina de la reproducción.
- Miembro de la Asociación Americana de Ginecólogos Laparoscopistas.
- Miembro de la Sociedad Europea de Reproducción Humana y Embriología.
- Fellow Visitor Kato Ladies Clinic (Tokyo-Japón).
- Fellow Visitor Instituto Valenciano de Infertilidad (España).
- Profesor Asociado Científico del Consejo Mexicano de Ginecología y Obstetricia.
- Coordinador Científico y académico de la FEMECOG (Federación Mexicana de Colegios de Obstetricia y Ginecología).

ITURBIDE NO. 399 ESQ. CALLE CUARTA, ENSENADA, BC. MÉXICO

TELÉFONOS/FAX 646 177.29.24 | 646 172.47.97 | 646 177.39.84 | FROM USA 01152 646 177.29.24

[www.clinicadelafertilidaddebajacalifornia.com](http://www.clinicadelafertilidaddebajacalifornia.com)