

Atiende tu corazón silbante

Nuestro organismo es un sistema capaz de adaptarse a las condiciones ambientales del planeta tierra con tal de mantenerse vivo. De esa misma forma, si a lo largo del crecimiento o desarrollo algún individuo tiene alguna "falla", el sistema la compensará en la medida de lo posible para mantener el cuerpo en funcionamiento.

Se podrían mencionar múltiples situaciones en las que el organismo no es afectado por un desperfecto en su funcionamiento, tal es el caso del corazón y sus soplos funcionales.

Un corazón que no tiene el septum completamente formado, tiene "fugas" de presión y sangre hacia las otras cámaras del órgano; por consiguiente, éste emite un silbido acompañado de los propios latidos.

Dependiendo de donde provenga dicho sonido, será también un indicio de la naturaleza del soplo que en ocasiones puede ser orgánico y dañino para la salud.

Cualquier soplo es detectable mediante auscultación, sin embargo, es necesaria la opinión de un especialista en la materia para llegar al diagnóstico preciso y de esa forma evitar mayores afectaciones.

Entendemos la preocupación y duda que puede surgir al escuchar que el médico detecta un soplo cardíaco en nuestros hijos, algún familiar o inclusive en nosotros. Por ello, en esta edición nos encargamos de entender la relevancia de los soplos en la salud del corazón y sobre todo a considerar su origen, del cual depende la condición futura de este órgano.

La Redacción



20
PORTADA

**ALTERACIONES
CARDIACAS**
Complicaciones riesgosas

[bienestar]

NUTRICIÓN 6 > Acércate a los superalimentos | **GINECOLOGÍA 14** > ¿Cómo tratar la menopausia? | **PRIMEROS AUXILIOS 24** > Fracturas nasales



[secciones]

DON BOTICARIO **P 8**
La vitamina K

GINECOLOGÍA **P 16**
Prurito vaginal

DEPORTES **P 18**
No te 'quemés'

INFOGRAFÍA **P 32**
El sistema urinario

NO TERMINES EN EL HOSPITAL **P 24**
Cuidate en vacaciones

RADIOGRAFÍA **P 36**
El poder de las especias



26
COMPROMÉTETE CONTIGO
Deja de posponer tus metas



10
¿CUÁNTO PESAN TUS
EMOCIONES?

PORQUE PARA LA VIDA NO HAY
REPUESTOS, HAY QUE CUIDARLA BIEN

Edición **101** 9 de Julio de 2016 Año 6

Torreón, Coah., Méx. Publicación Mensual.

GUSTAVO TORRES ADELANTADO
Gerencia Comercial

GABRIELA MUÑOZ
NADIA GONZÁLEZ
JACQUELINE SANTOS
WENDY ALEMÁN
OMAR COVOLI

Coordinación de ventas

GABRIELA ORTIZ
Coordinación Editorial
y Gráfica

ELIZABETH LOZANO
CLAUDIA BADILLO
CYNTHIA JIMÉNEZ
ALFREDO ROCHA
VÍCTOR AMARO
DANIEL ZAVALLA
ALONSO PÉREZ
DIANA CIGARRROA

Ventas

RUBÉN RODRÍGUEZ
MARIANA ÁVILA
Diseño editorial

MARITZA ONTIVEROS
Diseño publicitario

OSCAR PARRA
FABIOLA PÉREZ CANEDO
ROBERTO ITURRIAGA
ANGÉLICA SANDOVAL
ADRIANA GUADALUPE MIRANDA
CRISTINA GARZA
PERLA GRACIANO
DIANA GONZÁLEZ
JUNIOR ROBLES
PRIMITIVO GONZÁLEZ
MARIANA CÓRDOVA
Redacción

AGRADECIMOS
A las numerosas fuentes médicas
locales y nacionales
(hospitales, doctores e instituciones
de apoyo a la salud)
que aparecen en esta edición,
por su tiempo y conocimiento
para la realización de Doctor en Casa.

CONSULTA SIEMPRE A TU MÉDICO.
RECHAZA LA AUTOMEDICACIÓN.

Correo electrónico
doctorencasa@elsiglodetorreon.com.mx

DOC DOCTOR EN CASA | Revista hecha por
El Siglo de Torreón. Matamoros #1056
Pte. Torreón, Coahuila. Teléfono
7591020 Distribución en la edición
de El Siglo de Torreón y en puntos
estratégicos de la Comarca Lagunera.

IMPRESIÓN DE FORROS
Celsa Impresos
ventas@celsaimpresos.com.mx