

Vocación de servicio

Hay muchas maneras de ayudar en esta vida: aliviar el dolor que lastima, escuchar a quienes buscan consuelo y beneficiar a los que requieren tu mano; todo esto realizan los profesionales de la salud.

Cada 23 de octubre celebramos a todos los médicos mexicanos. De todas las profesiones, ejercer la medicina en nuestro país reclama una visión humanista propia del profesional, la cual se ve reflejada en su labor al momento de atender a una persona, de salvar una vida, de dar un gran paso en investigación humana, de encontrar una cura para alguna enfermedad o simplemente para ganarse la confianza de un paciente.

Definitivamente, los valores más importantes del ser humano son la vida y

la salud. Quienes se dedican a la medicina son personas capacitadas, que con su espíritu de cooperación y de servicio a la colectividad, son capaces ejercer su profesión con entrega y compromiso.

Las palabras nunca serán suficientes para demostrar el nivel de gratitud a aquellos médicos que han sido importantes en la vida de las personas. Hoy también felicitamos a todos los que forman parte de este suplemento y a aquellos que luchan por la salud de sus pacientes.

En esta vida no todos los héroes usan capa, otros portan bata y estetoscopio. ¡Feliz día del médico!

La Redacción

RADIOGRAFÍA P 8
La raíz de la salud

INFORMACIÓN SALUDABLE P 16
Somos agua

MALES COMUNES P 26
No te pases la vida sentado

GINECOLOGÍA P 28
Entre la incomodidad y la vergüenza

EL RIESGO DE P 42
¿Trabajas sin parar?

20
PORTADA

EL TORMENTO DE LOS SUEÑOS

¿Qué indican las pesadillas?

32 POR EL MAL GAMINO

¿Sabes si tienes prediabetes?

36

SIN TAPUJOS

TODO LO QUE DEBERÍAS
CONOCER SOBRE EL CICLO MENSTRUAL

[bienestar]

MASCOTAS 12 > Protege a tu mejor amigo | **INFORMACIÓN SALUDABLE 46** > Un globo que no estalla | **MITOS 44** > La artritis

GUSTAVO TORRES ADELANTADO
Gerencia Comercial

NADIA GONZÁLEZ
WENDY ALEMÁN
Coordinación de ventas

GABRIELA ORTIZ
Coordinación Editorial y Gráfica

CLAUDIA BADILLO
ELIZABETH LOZANO
MARA SÁNCHEZ
LETY AGUIRRE
RUBEN SUÁREZ
ALFREDO ROCHA
DANIEL ZAVALA
LILIANA TAPIA
GABRIELA ORTIZ
CYNTHIA JIMÉNEZ
ANTONIO NAVA
VICTOR AMARO
Ventas

MARIANA ÁVILA
ABRIL RIVERA
Diseño editorial

MARITZA ONTIVEROS
MÓNICA CUEVAS
LUISA GÓMEZ
Diseño publicitario

CRISTINA GARZA
JUNIOR ROBLES
ANGÉLICA SANDOVAL
EDITH GONZÁLEZ
MARIANA ONOFRE
PERLA GRACIANO
FABIOLA PÉREZ-CANEDO
LUIS TREJO
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@elsiglodetorreón.com.mx

Certificado de Reserva de Derecho al Uso Exclusivo
del Título otorgado por la Dirección de Reservas del
Instituto Nacional de Derecho de Autor
04 - 2016 - 07041235500 - 102

DOCTOR EN CASA Revista hecha por
El Siglo de Torreón. Malamoros #1056
Pte. Torreón, Coahuila. Teléfono
7591200. Distribución en la edición
de El Siglo de Torreón y en puntos
estratégicos de la Comarca Lagunera.

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