

Actitud *Mujer* m

Mexicali / Valle Imperial / Ensenada

Año 19 / Edición 215 / Mayo 2026



NISSAN BAJA PRESENTA:

Mamá's que Amamos

ADRIANA RODRÍGUEZ, EURI RIVERA, CAROLINA BALTAZAR
GINA KABANDE, MELIDA VIZCARRA, ISELA RODRÍGUEZ,
NAHOMI LELEVIER Y PAU VIZCARRA




*Feliz Día De
Las Madres*



FAMILIA:
DE DONDE VENIMOS, A DONDE VAMOS, DE DONDE SOMOS.



MARIANO ARISTA #1501, LOCAL 1
ESQ CALLE G, COL. NUEVA / FRENTE A CENADURÍA SELECTA.

© 686 554 3830  Kirat Tradición Joyera

El mejor regalo
para Mamá

#JUVENTUDSINCIRUGIA



DRA. KAREN CARRILLO
Médico Gral. C. Prof. 6712254
Médico Estético C. Prof 14691151



CITAS
Macristy 686 383 7301
Gran Vía 686 945 1477

MEXICALI . CULIACÁN . CIUDAD DE MÉXICO

Detrás de Cámaras

Organizarnos entre mujeres nunca ha sido tarea fácil, pero la increíble actitud de cada una de nuestras invitadas hizo que, desde el primer momento, se sintiera una energía auténtica y positiva que fluyó durante toda la sesión. Gracias a esa conexión, logramos no solo conformar un gran grupo, sino también capturar una toma excepcional bajo el lente de Eduardo Oviedo.

Agradecemos especialmente a Jesús Vázquez, gerente del Hotel Araiza Inn, por abrirnos las puertas y permitirnos descubrir su bar recién remodelado: un espacio encantador que, sin duda, vale la pena visitar para disfrutar de un buen drink.

CRÉDITOS

Adriana Guzmán Wood
Lic. en Mercadotecnia
Directora General

Cecilia Cortés
Gloria Torres
Diseño Editorial

Faviola Real
Redes Sociales

Saúl Oliveros
Cobertura de Eventos

Sergio Escobedo
Web Master

Mónica González
Facturación y Cobranza



Informes eventos/publicidad: actitudm@gmail.com

Revista mensual editada por Publicaciones Impresas de Mexicali, S. de R.L. de C.V.

Oficina: Gral. Ignacio Zaragoza 1783, Col. Nueva, Mexicali, B.C.

El contenido de los artículos y anuncios publicitarios de esta revista, son responsabilidad de los autores y anunciantes.

TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS QUEDA PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL.

Clases de Natación temporada

2026

Inscripciones 11 de mayo • Clases en junio



NIÑOS DE 4 A 12 AÑOS
4 SEMANAS DE LUNES A JUEVES

- 1 DEL 8 JUNIO AL 2 JULIO
- 2 DEL 6 JULIO AL 30 JULIO
- 3 DEL 3 AGOSTO AL 27 AGOSTO

ADULTOS

2 SEMANAS • LUN-JUE • 9 A 10 PM

- 1 DEL 15 AL 25 DE JUNIO
- 2 DEL 6 AL 16 DE JULIO
- 3 DEL 27 DE JULIO AL 6 AGOSTO
- 4 DEL 17 AL 27 AGOSTO

AQUAEROBICS

4 SEMANAS DE LUNES A JUEVES
8 A 9 AM | 8 A 9 PM

CLASES INICIAN CADA LUNES



Maestros certificados
como guardavidas
por el H. Cuerpo
de Bomberos



ALBERCA
MONITOREADA
POR LA SSA



Informes al 686 161 2066

Ignacio López Rayón 711, Col. Magisterial Independencia



Nereida SE CASA

Así se vivió la despedida de soltera de Nereida Ramírez, celebrando que muy pronto dará el "sí" junto a Carlos González Kabande. Entre risas, detalles lindísimos y mucho amor, Edna Ramírez y Gina Kabande consintieron a la futura novia con una tarde súper especial rodeada de sus personas favoritas.



Encuentra Tu Revista en *Valle Imperial*

📍 Calexico
El Centro 📍



ANTES DE NACER: la guía que todo Bebé necesita

Dra. Agélica Aguilar

Cuando una pareja decide tener un bebé, el cuidado prenatal suele centrarse en la salud de la madre y el desarrollo del embarazo. Sin embargo, existe un elemento clave que muchas veces pasa desapercibido: la **CONSULTA PEDIÁTRICA PRENATAL**. La pediatra **Angélica Aguilar** destaca su importancia como una herramienta fundamental para preparar a los futuros padres ante la llegada de su hijo.



Dra. Agélica Aguilar
PEDIATRA

CEO. PROF. 1077108
CEO. ESP. 3176327

Av Reforma 1533-4
Unidad Médica Reforma

Tels. 686 569 6679
686 554 1074



Dra. Angélica M. Aguilar Cenicerros

Durante el embarazo, especialmente en el último trimestre, los padres suelen enfocarse en tener todo listo para el nacimiento. Pero la realidad cambia una vez que el bebé llega. El llanto, por ejemplo, no siempre responde al hambre o al dolor, sino que es su principal forma de comunicación, algo que los padres aprenderán con el tiempo. En este proceso, la desinformación puede convertirse en un obstáculo, ya que consejos de familiares, conocidos o incluso redes sociales no siempre están basados en evidencia. La consulta prenatal cuida a la madre y al bebé.

La Consulta Pediátrica Prenatal brinda una orientación clara, confiable y profesional. En ella se abordan temas esenciales como la lactancia materna —considerada el estándar de oro en la alimentación infantil—, el uso adecuado de fórmulas, los horarios de alimentación, así como prácticas de sueño seguro, higiene y cuidados básicos del recién nacido.

Además, permite a los padres anticiparse a decisiones importantes, como el esquema de vacunación, los tamizajes neonatales y el seguimiento del niño sano. También es un espacio para desmentir mitos comunes relacionados con téis, alimentos o medicamentos sin sustento científico, evitando riesgos innecesarios.

Más allá de lo médico, esta consulta ofrece tranquilidad. Prepararse con información adecuada no solo reduce la ansiedad y los gastos innecesarios, sino que permite a los padres vivir con mayor confianza y disfrute la llegada de su bebé.

Porque cuidar comienza incluso antes de nacer.

Dr. Tonalli Arce
Cirujano General CP 4820510 11181033 Ced. especialista

**¡TU CIRUGÍA
SEGURA
Y A TU ALCANCE!**

- ✓ Vesícula
- ✓ Apendicitis
- ✓ Manga Gástrica
- ✓ Hernias Abdominales

DR. TONALLI ARCE
CIRUGÍA GENERAL Y BARIÁTRICA

**HOSPITAL
ARCE QUINONES**

686 221 5555
Calle 4ª x Callejón, Río Tamazula, Mexicali, BC

LA CIRUGÍA DEL FUTURO... YA ESTÁ EN MEXICALI

Tecnología al servicio de la mujer

La medicina avanza a pasos agigantados, y Mexicali se coloca a la vanguardia con una innovación que transforma la manera de realizar procedimientos ginecológicos: la cirugía robótica asistida por el sistema Da Vinci.

Con esta tecnología de última generación, las mujeres pueden acceder a cirugías mínimamente invasivas, con máxima precisión, menor dolor y una recuperación mucho más rápida.

Al frente de este cambio está la Dra. María Cruz Orozco Zavala, primera y única ginecóloga robótica certificada en Mexicali, quien lidera con pasión y excelencia el Centro de Cirugía Robótica del Hospital Hispano Americano.

Un antes y un después en la ginecología

El sistema Da Vinci permite al cirujano realizar movimientos con una exactitud milimétrica, reduciendo riesgos y optimizando resultados. Gracias a esta tecnología, cada procedimiento se convierte en una experiencia más segura, cómoda y efectiva para la paciente.

Procedimientos Disponibles:

- Miomectomía
- Extracción de quistes ováricos
- Histerectomía
- Tratamiento de endometriosis
- Corrección de prolapso

Beneficios que marcan la diferencia

- ✓ Menor sangrado
- ✓ Cicatrices más pequeñas y estéticas
- ✓ Recuperación rápida y con menos dolor
- ✓ Alta precisión en cada intervención

El Centro de Cirugía Robótica del Hospital Hispano Americano acepta todas las aseguranzas médicas y ofrece planes de pago accesibles, para que ninguna mujer quede fuera de esta revolución médica.

GED. PROF. 3977432 / ESPECIALIDAD 5357198

📍📱 [dra.mariacruzozco](#)



REEWIND MEDICAL:
José Ma Larroque 1436
Mexicali, B. C. 21100

📞 686 384 1339

📞 686 553 4983



**HOSPITAL
HISPANO
AMERICANO**
EL PRIVILEGIO de cuidar de salud

LA VERA PIZZA FRITTA

Seguinos en IG para ser el primero en probarla!



PRIMER RESTAURANTE EN MÉXICO
CERTIFICADO EN PIZZA FRITTA POR
AVPN, CON TRIPLE RECONOCIMIENTO
DE INSTITUCIONES ITALIANAS.



BIORIZA MED: aliados estratégicos para profesionales de la salud y la estética

Con cuatro años de experiencia, **Bioriza Med** se ha consolidado como un referente en Mexicali y Ensenada, destacando por su enfoque cercano y personalizado. Especializados en soluciones para médicos y cosmetólogas, su propuesta va más allá de la distribución de insumos: buscan generar relaciones de valor que impulsen el crecimiento de cada profesional.

Desde sus oficinas en Mexicali —y con próxima expansión a Tijuana—, ofrecen un servicio eficiente y directo, entregando de mano a mano los productos necesarios para la práctica clínica y estética. Este modelo garantiza no solo rapidez, sino también confianza, ya que cada cliente cuenta con el respaldo de un asesor comercial que comprende sus necesidades y brinda acompañamiento constante.

La esencia de Bioriza Med radica en convertirse en un verdadero aliado.

Su compromiso se refleja en la calidad de sus productos y en la atención personalizada que distingue a la marca.

No solo proveen insumos, sino que se integran al equipo de trabajo de sus clientes, aportando soluciones que fortalecen su desempeño diario.



PRESENCIA NACIONAL

Tels. 686 139 3113
565 141 9296

DistribuidoraBiorizaMed

Distribuidoramedicamxli

En cada resultado positivo, en cada paciente satisfecho y en cada sonrisa lograda, **Bioriza Med** está presente como un socio estratégico que impulsa el éxito de quienes confían en ellos. Con una visión de crecimiento continuo, la empresa reafirma su propósito de seguir expandiendo su presencia en la región, manteniendo siempre la cercanía y el servicio que los caracteriza.



Con lentes, te ves bien.

sin ellos, mejor.

Cirugía Refractiva SMILE

Mínimamente invasiva.
100% láser y sin dolor.
Rápida recuperación.

Agenda Online en Doctoralía
es fácil y rápido



Llámanos

686 552-2004

Av. Reforma 1277 Col. Nueva, Mexicali, B.C.



MAMÁS QUE TODO LO PUEDEN: *La importancia de los seguros*

Gladis Velázquez

Ser madre es una labor titánica. Madrugar, cuidar, organizar, trabajar dentro y fuera de casa. En ese torbellino de amor y responsabilidades, las mamás suelen olvidarse de lo más importante: *ellas mismas*.

Pero una mamá sana y con estabilidad financiera es la mejor versión que pueden tener sus hijos. Por eso, contar con seguros no es un lujo: es una *decisión inteligente*.



1. Seguro de gastos médicos:

las mamás desean estar bien para cuidar a otros, pero la realidad es que los problemas de salud no avisan. Una cirugía de emergencia, un parto de alto riesgo, una enfermedad crónica pueden desencadenar gastos hospitalarios devastadores.

Un seguro de gastos médicos protege a mamá ante cualquier imprevisto de salud y eso salva vidas.

2. Seguro de vida:

Hablar de este tema no es fácil, pues implica pensar en la propia ausencia. Pero para una madre, preveer es un acto de amor incondicional. Así cuando ella falte, sus hijos quedarán protegidos.

Además, muchos seguros de vida incluyen beneficios por invalidez o enfermedades graves, brindando apoyo económico mientras mamá se recupera.

Un plan de ahorro formal (como un PPR o seguro de ahorro) ayuda a que ese dinero crezca y no se lo lleve la inflación. Es construir, poco a poco, un colchón que protege a toda la familia.

No vivas con el miedo constante a un accidente, enfermedad o gastos inesperados.

¿Estás lista para revisar conmigo todas tus opciones? Vamos juntas a diseñar un plan sostenible para tu futuro.

Gracias por poner en mis manos lo que más amas.

Gladis Velázquez



Gladis Velázquez

Agente Profesional de Seguros
Cédula CNSF H35836



686.2217684
@gladiscuidaloqueamas



Especialista en cuidados paliativos y en el manejo del dolor crónico lumbar, cervical, postoperatorio, dolor por artritis, fibromialgia, neuralgia del trigemino, migrañas...

#vivesindolor

Nueva Ubicación
Plaza Madero Local 7
Av. Madero, Primera Sección
Mexicali BC

Contamos con visita domiciliaria



T. 686 516 0092
C. 686 160 0300 y 653 534 5420
Email. dromarcanizales@hotmail.com

¿Uña encarnada? Kláser

La matricectomía con Kláser se ha convertido en una de las soluciones más innovadoras y efectivas para tratar problemas como la uña encarnada, una condición que puede generar mucho dolor, inflamación e incluso infecciones recurrentes.

En manos especializadas como las de Feet Care, este procedimiento ofrece una alternativa segura, precisa y con excelentes resultados.

A diferencia de los métodos tradicionales, la matricectomía con Kláser permite eliminar de forma selectiva la porción de la matriz ungueal responsable del crecimiento de la uña encarnada, evitando que el problema vuelva a presentarse.

Una de sus principales ventajas es que se trata de un procedimiento mínimamente invasivo, lo que reduce significativamente el sangrado y el riesgo de infección.

Agenda tu Cita:

📞 686 351 87 55

☎ 686 566 79 06

📍 Blvd. Benito Juárez 1642
Plaza San Angel, Local 4 y 5

📱 Feetcareoficial



El uso del Kláser favorece una recuperación más rápida y cómoda, las personas experimentan menos dolor posterior al procedimiento y pueden retomar sus actividades cotidianas en menor tiempo, lo que representa un beneficio importante en comparación con las técnicas convencionales.

Asimismo, el Kláser tiene un efecto cauterizante que ayuda a mantener la zona tratada más limpia y controlada durante el proceso de cicatrización.

Otro aspecto destacado es la precisión del tratamiento, al trabajar con tecnología Kláser, el especialista puede enfocarse únicamente en el tejido necesario, preservando las áreas circundantes y logrando un resultado estético más favorable.

En Feet Care, este procedimiento se realiza bajo altos estándares de higiene y calidad, con un enfoque personalizado, en base a una evaluación previa, asegurando no solo la solución del problema, sino también el bienestar integral del pie.

Sin duda, la matricectomía con Kláser representa una opción moderna, eficaz y confiable utilizando tecnología de punta, para quienes buscan una solución definitiva a las intensas molestias ocasionadas por las uñas encarnadas.



Especialistas en el Cuidado de tus Pies

📱 Feetcareoficial

📞 686 351 87 55
☎ 686 566 79 06
📍 Blvd. Benito Juárez 1642
Plaza San Angel, Local 4 y 5

FeetCare
PEDICURE PROFESIONAL

LOZANO LABORATORIOS

Análisis Clínicos

Consulta Médica

Ultrasonidos

Rayos X

🚚 Servicio a domicilio



Matriz Reforma | Anáhuac | Plaza 686

Hospital Hispano | Hospital Hispano Sur

📞 (686) 211 0600

🌐 laboratorioslozano.com

THE ARAIZAS

Marian Velasco y Jesús Araiza sellaron su historia en el hermoso escenario del Club Campestre, con una boda simplemente fabulosa, llena de detalles, emoción y momentos que quedarán para siempre.

Wedding planner: Burmont WP



Donde el Oro es
D'ORO
Y PIEL
JOYERIA
Tiempo Que Perdura

DIAGNÓSTICO PRECISO DE PRÓSTATA: *Una decisión correcta* Dr. Marnes Molina

Para muchos hombres, recibir un resultado de antígeno prostático elevado genera incertidumbre. Hoy, la urología moderna cuenta con herramientas que permiten ir más allá de la sospecha y llegar a un diagnóstico concreto y personalizado.

¿Cómo se logra un diagnóstico preciso de próstata?

La clave es la **Biopsia Contrastada por Fusión**. Con el sistema **VENUS** —uno de los avances más recientes en diagnóstico urológico de precisión— fusionamos las imágenes de una Resonancia Magnética previa con el ultrasonido en tiempo real durante el procedimiento.

Esto permite dirigir la toma de muestra directamente hacia la zona de interés con navegación 3D milimétrica, aumentando la tasa de detección cuando existe un problema real y reduciendo punciones innecesarias.



Dr. Marnes Molina Torres
Urólogo Certificado

Céd. Prof.: 3810051 (AUG)
Céd. Esp.: 5975507 (UDG)

☎ 686.553 6996

📍 Urología Mexicali
Clarion Hospital
Mexicali, B.C.



La selección del tratamiento depende siempre de las características de cada paciente:

- **Tecnología REZUM:** Utiliza vapor de agua para reducir el tejido prostático obstructivo. Está indicada para próstatas de tamaño pequeño a moderado y requiere que el paciente cumpla criterios específicos de volumen y anatomía.
- **Enucleación prostática con láser HoLEP:** Para próstatas de mayor volumen o con características distintas. Permite tratar glándulas de cualquier tamaño con mínima invasión y resultados duraderos.
- **Cirugía Robótica (Sistema Da Vinci):** En casos donde se requiere una valoración oncológica o quirúrgica más compleja, ofrece precisión milimétrica, menor sangrado y una recuperación más rápida que la cirugía convencional.

¿Por qué es tan importante evaluar cada caso de forma individual?

Porque no existe un tratamiento único para todos. El volumen prostático, la condición general del paciente y su calidad de vida son factores determinantes.

Nuestro compromiso en **Urología Mexicali** es que cada persona reciba un diagnóstico claro y un plan de tratamiento diseñado a su medida.

¡Agenda tu valoración!

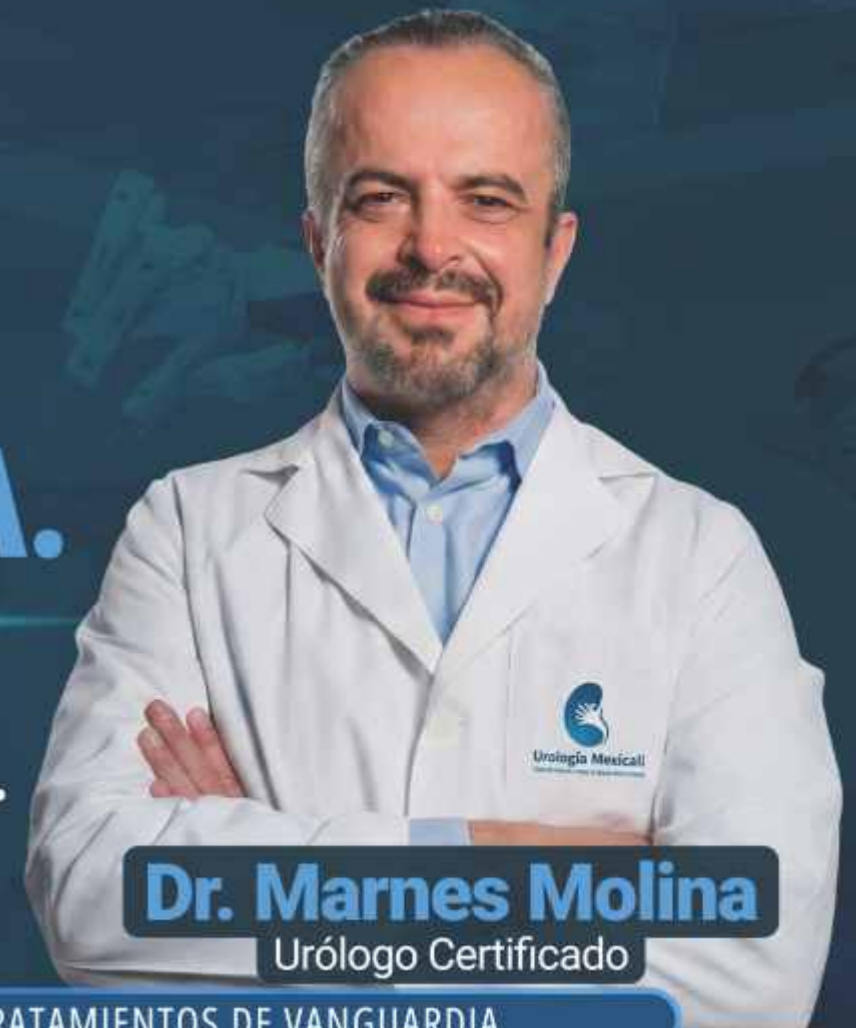
Consejo Nacional Mexicano de Urología: 2502-25U

Este artículo es de carácter informativo y educativo. / Consulte a su médico urólogo para una evaluación personalizada.



DIAGNÓSTICO PRECISO DE PRÓSTATA.

Cada **paciente**, una decisión correcta.



Dr. Marnes Molina
Urólogo Certificado

TECNOLOGÍA Y TRATAMIENTOS DE VANGUARDIA

<p>VENUS</p> <p>Biopsia precisa con guía en 3D para tomar la muestra exactamente donde se necesita.</p>	<p>REZUM</p> <p>Trata el crecimiento de próstata con vapor de agua, ideal para tamaños pequeños o moderados.</p>	<p>HoLEP</p> <p>Reduce próstatas de cualquier tamaño con láser, recuperación rápida y sin cirugía abierta.</p>
--	---	---

📅 Llámanos: **686-553 6996**

CLARION HOSPITAL
Av. Brasil y Calz. Abelardo L. Rodríguez,
21229 Mexicali, B.C.



Nissan Baja Presenta:

Mamás que Amamos



En esta edición especial de mayo celebramos a quienes representan la fuerza, la dedicación y el amor en su forma más auténtica: las mamás. Este selecto grupo de mujeres inspira con los pensamientos que nos compartieron, su entrega diaria y su capacidad de transformar cada desafío en una oportunidad para crecer, cuidar y construir.

Como parte de una iniciativa impulsada por Nissan Baja en colaboración con Revista ACTITUDM, celebramos la esencia dinámica y resiliente de la maternidad. Un homenaje que reconoce que, al igual que el camino, ser mamá implica movimiento, evolución y momentos que marcan para siempre. Cada una de estas mujeres representa un estilo de vida auténtico, donde la familia, los sueños y la pasión encuentran su propio equilibrio.

Hoy celebramos no solo su papel como madres, sino como líderes, creadoras y motor de cambio en nuestra comunidad. Esta edición es un tributo a su energía imparable y a la historia que siguen escribiendo día con día.



Adriana Rodríguez

“ Sueño con que mi hijo abrace la vida con plenitud y descubra su propósito a través del servicio. Confío en que su camino en la psicología le permita encontrar sentido al ayudar a otros y contribuir a un mundo mejor. Mi mayor anhelo es ser recordada como una fuente inagotable de amor y como la inspiración que lo impulse a vivir, cuidar y embellecer su realidad. ”



Isela Rodríguez de Rodarte

“ Creo firmemente en la libertad como el motor para formar personas seguras y autónomas, capaces de aprender de sus propios pasos. Mi visión se centra en el crecimiento personal a través de decisiones valientes y conscientes. Al final del camino, deseo ser recordada en la sencillez y la calidez de una sonrisa. ”



Gema Kaban de González

“ Mi sueño es ver a mis hijos plenamente realizados en cada dimensión de sus vidas; entiendo que la verdadera plenitud nace de la felicidad interior y de ahí florece todo lo demás. Aspira a permanecer en ellos como el recuerdo vivo de un hogar lleno de amor, alegría y una presencia constante. ”



Nahomy Leveier

“ Sueño con que mis hijos vivan con valentía, fieles a su propósito y orgullosos de su identidad. Valoro la fortaleza cimentada en valores y la construcción auténtica de sus propios caminos. Mi deseo es ser para ellos un refugio de amor incondicional, alguien capaz de brindarles paz incluso en mi ausencia. ”



Euridice Rivera

“ Deseo ver a mis hijos crecer felices y seguros, encontrando su propio camino en lo que aman y enfrentando la vida con resiliencia y decisión. Mi mayor meta es que, al recordarme, sientan paz en el corazón y la certeza absoluta de haber sido amados con un amor incondicional y eterno. ”



Melida Vizcarra

“ Anhele que mis hijos y las generaciones que vienen sean luz para el mundo, guiados siempre por la generosidad. Mi propósito es sembrar valores con fe para impactar positivamente a quienes más lo necesitan. Quiero trascender a través de mi alegría, reflejada en cada acción y sostenida por mi profunda conexión con Dios. ”



Carolina Baltazar

“ Deseo que mis hijos crezcan libres y fieles a su esencia; que tengan el valor de seguir su pasión para construir una vida con propósito. Quiero que, al recordar mi forma de amar, encuentren un puerto seguro y firme que siempre los haga sentirse valiosos y profundamente amados, sin importar nada. ”



Paulina Vizcarra

“ Mi mayor sueño es que mis hijos crezcan felices, seguros de sí mismos y con un corazón lleno de amor. Deseo que sigan sus sueños con libertad y valentía, sabiendo siempre que pueden volver a casa. Mi anhelo es que, al recordar mi amor, encuentren paz en un cariño incondicional, presente y siempre dispuesto a crecer junto a ellos. ”

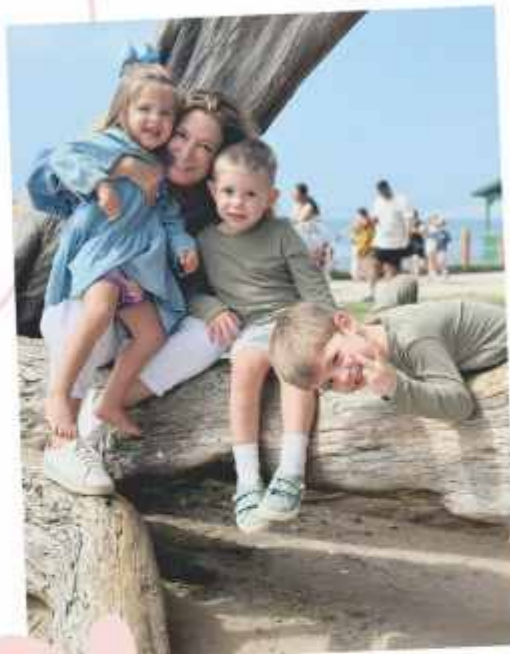


*Gracias
Mamás
por ser
fuerza, guía e
inspiración*



Presentado por el nuevo lanzamiento de Nissan Pathfinder





Abuelitas de hoy, *Amar de Siempre*

En esta edición especial por el Día de las Madres celebramos un amor que trasciende generaciones: el de las abuelas. Cuatro abuelitas jóvenes nos abren las puertas a su mundo, donde la ternura, la complicidad y la alegría se viven a través de sus dulces nietos. En cada mirada, en cada abrazo, se refleja una conexión única que combina experiencia, cariño y una nueva forma de maternar. Ellas representan la evolución del amor familiar: cercanas, modernas y profundamente presentes. Gaby Arreola, Karla Osuna, Loren Vildosola, Odette Kunasich y Maribel Leyva nos compartieron inolvidables momentos familiares.



Mariana Kuñasich, Juan Bustamante Díaz, Kevin y Emma Gabriela Peterka Castro, Juan Pablo.

NUEVA EDICIÓN *Mayo en...*



actitudm.com

ANEURISMA ABDOMINAL

un enemigo silencioso

Dr. Alejandro Nuricumbo

Los aneurismas se pueden desarrollar lentamente durante muchos años y a menudo son asintomáticos. Si se expande rápidamente, se rompe o la sangre se filtra dentro de la pared del vaso (disección aórtica), los síntomas pueden aparecer de manera súbita.

Los síntomas más frecuentes son dolor en abdomen y/o espalda, náuseas o vómito, masa pulsátil abdominal y estado de choque.

Un aneurisma aórtico abdominal casi siempre se observa en hombres mayores de 60 años que tienen uno o más factores de riesgo. Cuanto más grande sea el aneurisma, mayor será la probabilidad de que se presente ruptura, lo cual puede ser potencialmente mortal.

Se desconoce la causa exacta de esta enfermedad, sin embargo existen algunos factores que se asocian a este problema, sexo masculino, asociación genética (hermanos e hijos), hipertensión arterial y tabaquismo.

**SÓLO
1 DE CADA 5
PACIENTES
SOBREVIVE A UNA
RUPTURA DE
ANEURISMA
ABDOMINAL.**



Dr. Alejandro Nuricumbo
Angiólogo y Cirujano Vascular
CP 3409434 CMACV 346

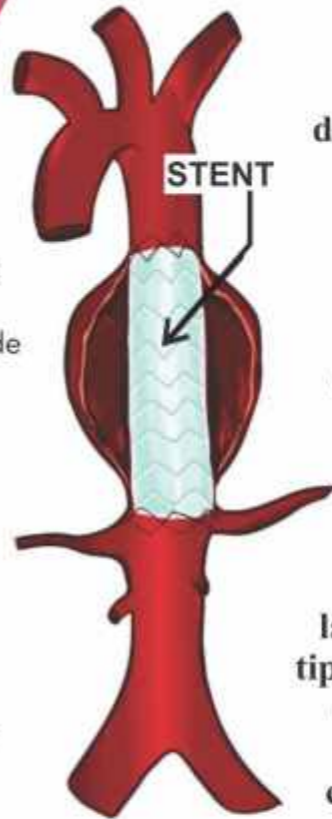
CONSULTA MATUTINA:
Almater Calle Novena
Consultorio 108.
T. 686 488-5568

CONSULTA VESPERTINA:
Av. Reforma #1006 entre B y C
T. 686 552-2044

Una vez tomada la decisión de tratar el paciente para disminuir el riesgo de una ruptura, donde la mortalidad puede ser hasta del 80%, se puede hacer una reparación tradicional donde se reemplaza la aorta enferma con una prótesis vascular de material sintético.

Actualmente se puede utilizar una endoprótesis cubierta (injerto de stent endovascular).

Este procedimiento se puede llevar a cabo sin hacer una incisión grande en el abdomen, por lo que uno se puede recuperar más rápidamente. Además el riesgo de sangrado es menor, y menos dolor, evitando estar en unidad de cuidados intensivos. Si usted tiene algunos otros problemas de salud, éste puede ser un procedimiento más seguro.



Son difíciles de detectar cuando son asintomáticos, cuando son muy grandes se puede llegar a palpar. Se puede hacer el diagnóstico con un ultrasonido, y se complementa el estudio con una tomografía axial digital, para ver las dimensiones y el tipo de aneurisma. Si este mide más de 5 cms se debe tratar con un especialista.



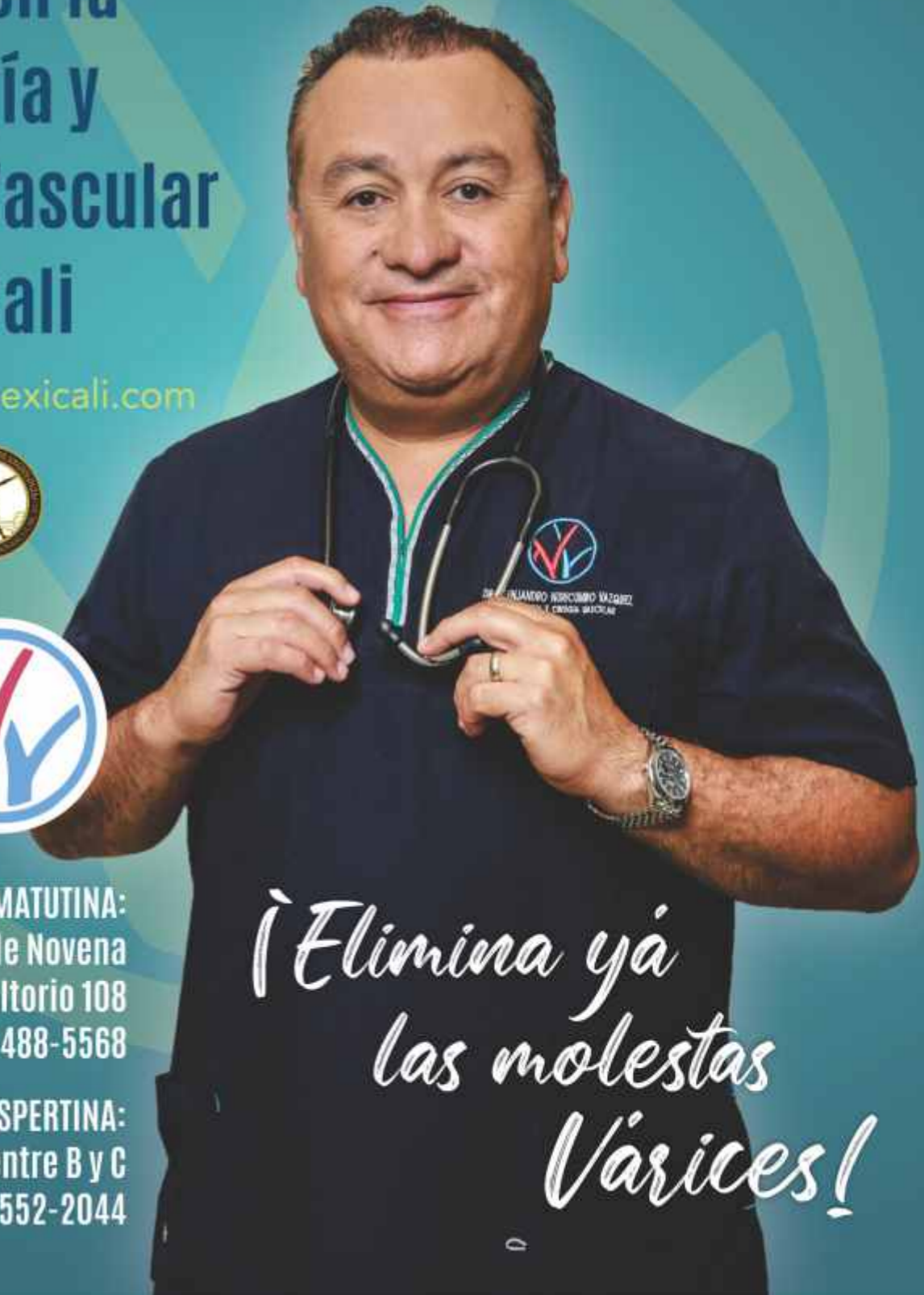
DR. ALEJANDRO NURICUMBO
ANGÍOLOGO Y CIRUJANO VASCULAR

DR. ALEJANDRO NURICUMBO

CP 3409434 CMACV 346

Pionero en la Angiología y Cirugía Vascular en Mexicali

www.varicesmexicali.com



CONSULTA MATUTINA:
Almater Calle Novena
Consultorio 108
T. 686 488-5568

CONSULTA VESPERTINA:
Av. Reforma 1006 entre B y C
T. 686 552-2044

*¡Elimina ya
las molestas
Varices!*

INNOVACIÓN & VOCACIÓN:

la evolución de la psiquiatría
con la *Psiquiatra Adriana Rodríguez*

La psiquiatra Adriana Rodríguez ha construido una trayectoria sólida y en constante evolución dentro del campo de la salud mental, destacándose por su compromiso con la actualización médica y la incorporación de tratamientos innovadores. Desde el año 2000, cuando concluyó su especialidad en psiquiatría, ha enfocado su práctica en brindar atención integral a sus pacientes, combinando experiencia clínica con una visión humana de la medicina.

En los últimos años, su interés por las nuevas alternativas terapéuticas la llevó a incursionar en la estimulación magnética transcraneal, una técnica avanzada en el tratamiento de diversos trastornos psiquiátricos. Invitada por el Dr. Saucedo a integrarse a este proyecto, Adriana Rodríguez se capacitó en Las Vegas y obtuvo su certificación a través de la Sociedad Mexicana de Neuromodulación. Posteriormente, fortaleció su formación con un curso de actualización en Harvard, reafirmando su compromiso con la excelencia médica.

Su camino en esta especialidad también ha estado respaldado por la guía de referentes en el área, como el Dr. Edilberto Peña de León, pionero en México en este tratamiento, quien participó en la certificación del centro y en la capacitación del equipo. Hoy, la Dra. Adriana Rodríguez se posiciona como una profesional que integra conocimiento, innovación y vocación de servicio en cada etapa de su práctica.

Las enfermedades mentales son un problema frecuente y constituyen en México y el mundo una de las principales causas de años perdidos por discapacidad.

Psiquiatra Adriana Rodríguez



ESTIMULACIÓN MAGNÉTICA TRANSCRANEAL

A lo largo de la vida un poco más de uno de cada 10 mexicanos y mexicanas tendrá al menos un episodio de depresión en su vida, una enfermedad cerebral caracterizada por la presencia de tristeza o pérdida de interés o disfrute, la mayor parte de los días por dos semanas o más, y que de no tratarse puede durar hasta dos años y hacerse recurrente (es decir que se repetirá constantemente a lo largo de la vida del individuo que la padece), que además de causar un gran sufrimiento puede afectar el resto de su salud, incluyendo su presión o su azúcar.



Aunque tenemos medicinas para tratar la depresión desde hace más de 60 años, a las que llamamos anti-depresivos, éstas no son eficaces en todos los casos y una de cada tres personas podría no responder al tratamiento convencional y persistir con los síntomas.

Cuando una persona ha recibido al menos dos tratamientos convencionales diferentes y sigue con síntomas depresivos (tristeza, falta de ganas, falta de disfrute, cansancio, insomnio, cambios de apetito, culpas, problemas de concentración, inquietud, lentitud o hasta pensamientos de muerte), le llamamos depresión resistente y este estado muchas veces lleva al paciente a un terrible peregrinaje en busca de ayuda, haciéndolo cambiar una y otra vez de medicamentos en busca de una solución, muchas veces con pobres resultados.

Hoy en día existen tratamientos probados científicamente y por los organismos médicos regulatorios como la FDA en Estados Unidos y COFEPRIS en México, como la estimulación magnética transcraneal, uno de los tratamientos más modernos y eficaces, no invasivo, seguro, y bien tolerado a través de ondas electromagnéticas generadas por un aparato altamente especializado de uso médico, que solo puede ser indicado por el médico psiquiatra a los pacientes que así lo requieren.

La *estimulación magnética transcraneal* funciona a través de una bobina que se coloca cómodamente en la cabeza del paciente y dirige la estimulación magnética al área del cerebro para recuperar el control del estado de ánimo y sacar al paciente de la depresión.

Es un tratamiento capaz de resolver más de la mitad de los casos de los pacientes con depresión resistente, cuyos efectos secundarios más frecuentes no pasan de dolor de cabeza ligero o en la zona de aplicación, que se resuelven fácilmente con analgésicos.

En nuestra clínica especializada **Synaptica** en Mexicali contamos con este tratamiento para las personas que así lo requieren.



synaptica

Psiquiatría de alta especialidad

☎ 686 552 2588

Av. Zaragoza 1949 Col. Nueva, Mexicali, BC



Festival de las Conchas y el Vino Nuevo

El Comité Provino organizó un fin de semana lleno de música, sabor, brindis y buena vibra, degustando cosecha del mar y vino de la región, en el mejor escenario a la orilla de la marina.



NOVOA VIDRIO

SUCURSAL PLAZA LOS XIELOS

PRESUPUESTOS **GRATIS**



- FACHADAS COMERCIALES
- RESIDENCIALES DE VIDRIO Y ALUMINIO
- CANCELES DE VIDRIO



¡SOLUCIONES A LA MEDIDA!

administracionmxl@novoavidrio.com

MEXICALI

686 517 4128

Calz. Cety's 2701, Col. Rivera

SAN LUIS RÍO COLORADO

653 534 2682

Zaragoza 15 y 16, SLRC SON.

www.novoavidrio.com

Nahomy Lelevier

CONFIANZA, ÉTICA Y RESULTADOS EN EL SECTOR INMOBILIARIO



Con más de diez años de experiencia, Nahomy Lelevier ha construido una sólida reputación en el mercado inmobiliario de Mexicali, destacándose por su profesionalismo, servicio personalizado y un firme compromiso con las prácticas comerciales éticas. Su historia comenzó dentro de una cierta empresa inmobiliaria, donde logró posicionarse entre los primeros lugares en captación de propiedades y resultados, obteniendo reconocimientos a nivel municipal, estatal e internacional, incluyendo un destacado lugar 42 a nivel mundial.

El punto de inflexión en su carrera llegó al tomar la decisión de independizarse. *“Mi sorpresa fue que todos mis clientes me siguieran. No siguieron una marca, siguieron al profesional inmobiliario... a la persona que les ofreció el servicio de calidad. Vieron mi entrega, compromiso y honestidad. Esa fue la mayor sorpresa y bendición... y aunque yo ahora soy ‘la marca’, cuido mi nombre y reputación con la responsabilidad de seguir dando resultados”*, comparte.



Su práctica abarca desde el sector residencial hasta el comercial e industrial —segmentos en constante crecimiento dentro de la ciudad—, administrando propiedades que van desde viviendas hasta bodegas industriales, así como terrenos comerciales y agrícolas en todo Baja California.

Miembro de la Asociación Mexicana de Profesionales Inmobiliarios AMPI, Nahomy impulsa su trabajo bajo una filosofía clara: “A favor de las buenas prácticas inmobiliarias”. En un entorno donde la confianza es fundamental, promueve valores como la honestidad, la

responsabilidad y el acompañamiento cercano al cliente, asegurando claridad en cada proceso, incluso en situaciones complejas como sucesiones intestadas.

Al frente de un equipo comprometido con brindar asesoría integral en cada etapa del proceso de compra y venta, integrado por Ricardo Mora, Alejandro Caballero, Daniela Balcázar, Ramón Antonio Morales, Alberto Herrera, Enrique Luengas, Lucio Terán, Teresa Mendoza, Karla Bobadilla y Luis Antonio Jáuregui, quienes comparten una visión basada en el servicio y la ética profesional.

Para Nahomy, el crecimiento de la ciudad es también una oportunidad para seguir aportando valor. El dinamismo del sector comercial e industrial en Mexicali refleja una ciudad en constante evolución, donde el papel de asesores confiables es cada vez más relevante.

Su motivación diaria va más allá de los resultados:

“El cariño y respeto a mi profesión, el compromiso genuino con mis clientes y saber que contribuyo al crecimiento de mi ciudad, donde están mis orígenes”

Así, Nahomy Lelevier continúa consolidándose como un referente en el sector, donde la reputación se construye con hechos y la confianza se convierte en su mayor activo.



H O R Ó S C O

Tauro

Por Cristina García

(Del 19 de abril al 20 de mayo)

Se activa para tauro nuevos comienzos de diferentes temas, como superación laboral, ya sea haciendo un cambio en este o iniciando un negocio diferente. Terminando un trámite, obteniendo un beneficio en el terreno material. Los viajes serán frecuentes y las invitaciones a eventos sociales. Te interesa hacer mejoras a tu hogar o invertir en un terreno. Tienes ideas geniales y muchas actividades ocuparan tu tiempo. Tu poder de atracción aumenta y mucho de lo que desees se cumplirá. Cuida tus mascotas porque tendrás riesgo de que alguna se escape o enferme. En el amor hay armonía y estabilidad, pero si eres una persona soltera no te faltaran oportunidades y en ese caso preferirás solo disfrutar, pero estarás más interesada en terminar proyectos y hacer dinero por el momento.

Aries

Te avocas a construir y sacar pendientes económicos. Muchos problemas de familia cercana a los cuales apoyaras con ciertos limites. Un hijo en crisis por salud o temas personales te causara gran preocupación. Movimientos legales estratégicos. Temas de terapia que abordarás. Construcción o remodelación de un espacio. Cuidarse de golpes o caídas.

Cáncer

Actúas de una manera precipitada pero eficiente en el trabajo. Estarás muy nerviosa y tus respuestas y distracciones en las relaciones personales pueden ser no agradables. Asuntos familiares delicados en los que buscas organizarte lo mejor posible para apoyar tomando lo menos de cargas. Exceso de vida social. Dificultades con el dinero. Trámites legales. Asunto con la piel.

Virgo

Temas de salud que tendrás que atender. Alergia en la piel. Terapias, masajes. Tratamientos de belleza. Se te activan negocios y trabajo a partir de fines de abril. Te volverás más cautelosa en el trato con personas de trabajo, más discreta. Viajes cortos. Disgustos y reconciliaciones de pareja. Invitación a eventos culturales recreativos.

Géminis

Hablas sin filtros y esto te meterá en problemas. En el trabajo el ambiente será hostil, pero te hará ver tus fallas. Te forzas a dar más de ti y probablemente tendrás que ser más humilde y volver a entablar conexión con quien habia diferencias. Tu relación de pareja está en veremos porque tu conducta puede ser algo errática y descuidada. Te conviene reflexionar y pedir disculpas.

Leo

Llegan los apoyos y las propuestas en aquello que ocupas. Tendrás que ser más disciplinada con tu alimentación. Ten precaución con alguna persona toxica o negativa que te ronda y te puede estar provocando problemas con la persona que si vale la pena. Tensión por salud y educación de un menor. Muchas mejoras en temas de superación económica y profesional.

Libra

Inconformidad. Sensación de estar atada o reprimida por alguna circunstancia. Tendencia a pelear sin una razón aparente. Aburrimiento. Examen médico. Exceso de cansancio. Realmente te van a consentir cumpliendo algunos caprichos. Viajes cortos. Tratamientos de belleza o estéticos. Compra de ropa y mobiliario. Exceso de gastos. Gusto por aprender un idioma.

Escorpión

Muchos retos profesionales. Cambios dentro del trabajo o modificación en tu negocio. Honores por méritos y capacidades creativas. Sensación de estar siendo observada por persona que intenta sabotear tus intereses. Planeación de viaje largo. Crédito de compra importante. Interactúas con personajes importantes. Reparación de tuberías o drenaje.



Terapeuta Cristina García Consultas con previa cita: 686 946 00 87 y 686 558 74 86

O P O

Sagitario

Viaje agradable con familia o amistades. Temas espirituales que empiezas a investigar. Tratamiento por alergia. Sensación de ser investigada. Curso o capacitación. Tramite con otra ciudad o país. Multa. Invitaciones distintas a eventos culturales o sociales. Trabajo en proyecto productivo. Contacto con personas ausentes.

Capricornio

Excelente temporada laboral. Construcción o remodelación de espacios. Cercanía con familiares ausentes. Estarás en una relación intermitente, pero al mismo tiempo tendrás mucha suerte para atraer otras oportunidades. Reparación de auto. Invitación a un viaje. Limpieza energética. Interés en técnicas de elaboración de alimentos. Cursos. Aumento de fama por tu producto y servicio.

Acuario

Habrà muchos cambios en tu negocio o trabajo y esto te llevará al éxito. Compra de equipo cibernético. Viajes. Nerviosismo. Liderazgo. Tomaras Decisiones de cortar con algunas personas que sientes no son funcionales en tus proyectos. Quizá te juzguen mal pero realmente tú serás más fría para ver por tu bien y el de los tuyos. Asunto de política.

Piscis

Hartazgo. Te sientes insatisfecha en tu relación de pareja. Coqueteas con otra persona. Exceso de trabajo. Planeas viajes. Tramite foráneo. Temas místicos o psicológicos en los que te involucras. Buscas entablar una sociedad en un proyecto. Asunto con impuestos que atender. Cuidarse de quemaduras. Pleito por intereses familiares combinados con negocios.

- * Psico-Astrología * Psico-Tarot * Método Yuen *
- * Temazcal * Biodescodificación *
- * Equilibrios de Energía * Flores de Bach *
- * Constelaciones Familiares * Radiestesia *
- * Diagnostico energético * Psigenealogía



FASHION Beauty Salon

Plaza San Pedro



Fashionsalon.plazasanpedro FashionByBeverlyHillsSalon



Salón. 686 905.6090
Cel. 686 305.2312

¿Donde encuentro *mi revista?*

NISSAN

DR. TONAL ARCE
CIRUGIA GENERAL Y BARIÁTRICA

ALMATER HOSPITAL

BIANCO STORICO

synaptica

BURMONT
MEDICINA DENTISTAS PLANES

Karen carrillo
DR. ALEJANDRO NURICUMBO

LOZANO LABORATORIOS

Urología Mexicali
BRINDANDO CALIDAD DE VIDA

GRUPO LELEVIER
INMOBILIARIA

INSTITUTO VISUAL
DR. DAVID MÉNDEZ
Microcirugía Ocular

FASHION Beauty Salon

BRASA

integra asesores

Birat
TRADICIÓN JOYERA

DR. OMAR CANZALES

Maestría en Medicina Regenerativa - Cirugía Estética
DOCTORA ELVA FUENTES C.

Todos Somos Mexicali

BIORIZAMED
INSUMOS MÉDICOS

Síguenos en redes



Wedding

EDUARDO OVIEDO
MEMORIAS FOTOGRAFICAS



f.eduardooviedo

Bahía San Luján Gonzaga, B.C.



Feliz Día de las Madres
A tu lado en todo momento.



Todo para tu paciente en casa

insumed.com.mx

**Regala
Salud.**

MEXICALI

Matriz:
Av. Reforma 1098
Col. Nueva
686.554.2908

Novena:
Calle Novena 540
Plaza Alta
686.104.6715

SAN LUIS R.C.

Calle 12
y Revolución
653.534.0094

TIJUANA

Torre Platino Blvd. Gral. R.
Sánchez Taboada 10488
Zona Urbana Río
664.635.3910

HERMOSILLO

Bvd. Luis Donaldo Colosio Murrieta
619. Local 101 Plaza Colossus
662.108.9225