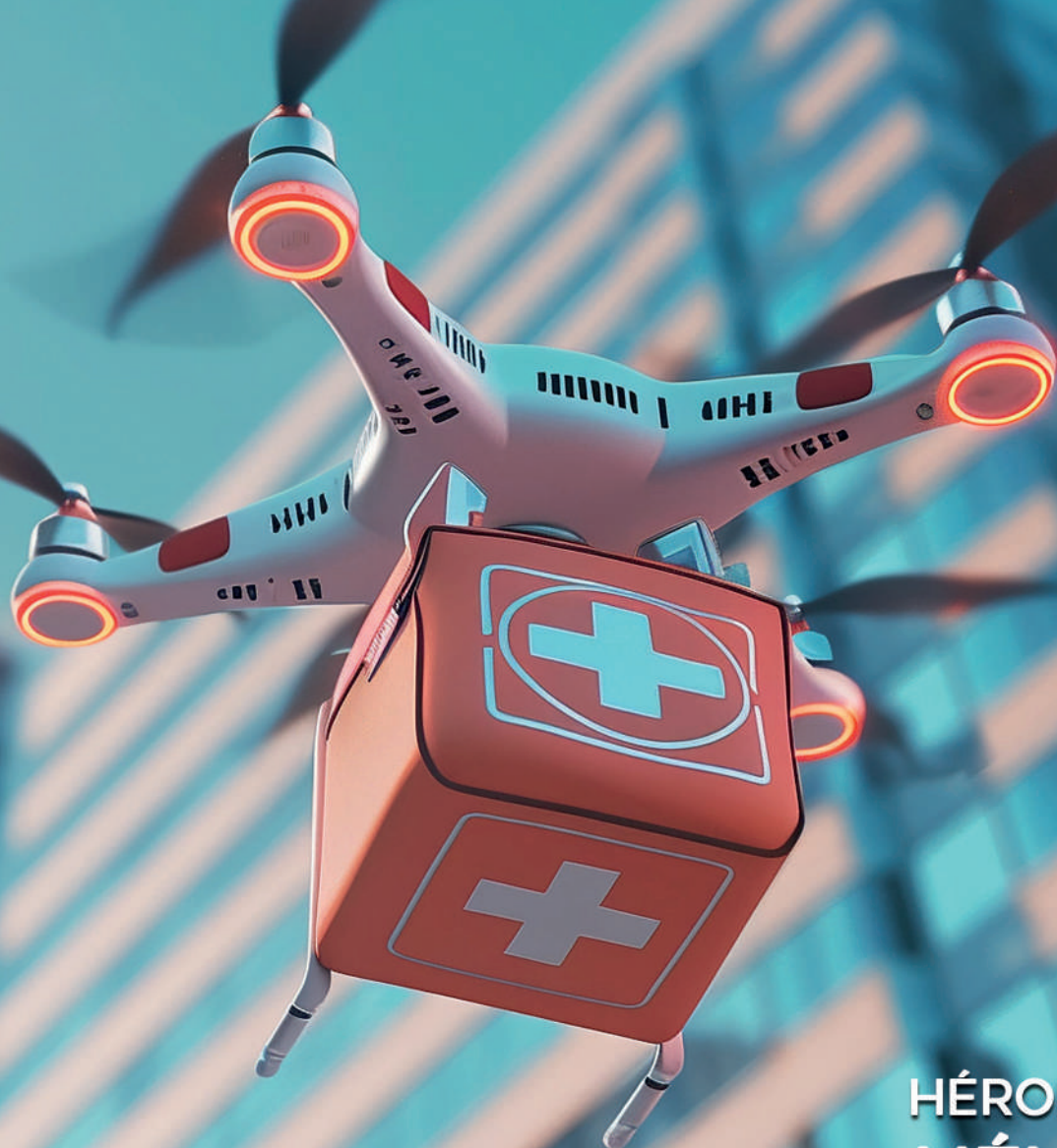




Relax

Lectura terapéutica



HÉROES CON
HÉLICES

BRAVIA®

Amiodarona



EDITORIAL

Más allá de sus funciones más comunes para tomar imágenes y video, los drones han encontrado un lugar dentro de los sistemas de salud, abriendo nuevas alternativas para transportar medicamentos, muestras biológicas y otros insumos médicos con una rapidez que podría resultar decisiva. Lo mejor es que ya se han aplicado en la vida real para estos fines, con varios casos de éxito en distintos sitios del mundo; y aunque aún presentan algunos retos y limitaciones a superar, su gran potencial demostrado invita a pensar que pronto serán una constante en la atención médica, ¿será? Lo invitamos a descubrir cómo estas pequeñas aeronaves están cambiando las reglas del traslado médico y qué podría esperarnos en el futuro.

El deporte mexicano tuvo meses para recordar. En los recientes Juegos Centroamericanos, el Tour de Francia y la Copa Mundial de 2026, celebrados en los meses pasados, los representantes de México tuvieron una actuación sobresaliente, llenando de orgullo y alegría a todo un país, por su notable desempeño y triunfos conseguidos. En *Contacto deportivo*, hacemos un recorrido por esos éxitos deportivos y por

quienes consiguieron convertir el esfuerzo en celebración.

Hay lugares que no necesitan grandes escenarios para sorprender. Huamantla, Tlaxcala, es uno de ellos. Entre tradiciones, color, historia y expresiones culturales que han pasado de generación en generación, este Pueblo Mágico guarda una identidad que se descubre poco a poco, en sus calles, sus celebraciones y en la manera en que sus habitantes mantienen vivo aquello que los distingue. Descúbralo en *Conociendo México*.

Antes de finalizar, queremos expresar una fe de erratas. En nuestra edición anterior, publicamos una nota dedicada al pastel Ópera, la cual fue ilustrada con una imagen que no corresponde a la preparación elaborada por la chef autora de la nota. Para ofrecer a nuestros lectores el contenido de manera correcta y respetuosa con el trabajo de nuestra colaboradora, presentamos nuevamente el texto en esta edición, ahora, acompañado de la imagen correspondiente. Agradecemos su comprensión y ofrecemos una sincera disculpa por la confusión ocasionada.

Lo invitamos a iniciar su lectura terapéutica mensual y a dejarse sorprender por todos los temas que hemos preparado para usted.

Director General

Claudia Villazón Weissgerber

Director Comercial

Gabriela Villazón W.

Coordinador Editorial

Daniela Muñiz Cortés

Redacción

Cinthy Tovar

Hedy Hernández

Diseño Gráfico

Jonatán Edgar Gómez Lozada

Servicios Fotográficos

123RF

Ventas de Publicidad

Hedy E. Hernández W.

María de Jesús Shimasaki Martínez

Circulación

Javier Reyes Romero

Publicidad y Ventas

Gabriela Villazón W.

55-5575-1100

relax.atenea7@gmail.com

Relax, Lectura terapéutica

Revista mensual: Septiembre 2026

Business Consultant, S. A. de C. V.

Av. Coyoacán #1120, Int. No. 7, Col. Del Valle,
C.P. 03100, Ciudad de México.
Teléfono: 55-5575-1100

Editor responsable

Claudia Veronica Villazón Weissgerber

Impreso por

Business Consultant, S. A. de C. V.
Av. Coyoacán #1120, Int. No. 7, Col. Del Valle,
03100, Ciudad de México
Fecha de impresión: Septiembre 2026

Número de Certificado de Reserva otorgado por el

Instituto Nacional del Derecho de Autor:

04-2022-051013301400-102

Número de Certificado de Licitud de Título: 12621

Número de Certificado de Licitud de Contenido: 10193

Número ISSN: 1665-8558

Número de filiación en el registro de la CANIEM: 3143

Autorización de SEPOMEX: PPO9-1133

Se reservan todos los derechos. Prohibida la reproducción de contenido literario o gráfico, por cualquier sistema, sin autorización previa por escrito del editor. Es responsabilidad de los autores el contenido de los artículos firmados. El contenido de los anuncios es responsabilidad del anunciante.

Distribuido por CES Mensajería

División del Norte #2026, Int. 202, Col. Portales,
03300, Ciudad de México

Tiraje certificado por el Bufete de Auditores Aguilar Becerra y Asociados y JimSA Comunicación dentro del Padrón de Publicaciones de Segob.



AGUILAR, BECERRA Y ASOCIADOS
AUDITORES



En portada:
Héroes con hélices

CONTENIDO

- 4** Drones al servicio de la salud
- 10** El arte del chile en nogada.
Las técnicas del Chef Carlos Barrera,
de Le Cordon Bleu México
- 14** Ópera: la precisión en escena
- 26** Síndrome de Charles Bonnet: cuando el cerebro
llena los espacios que deja la pérdida de visión
- 40** Erling Haaland y su noble
vínculo con su lugar de origen
- 46** El ave que duerme mientras vuela



SECCIONES

16 *Días del mes*

- Primera separación de craneópagos
- Fundación de la ciudad de Zacatecas
- Día Europeo de la Salud Prostática
- *Los Picapiedra* hacen su debut en horario estelar

20 *Contacto deportivo*

- Los triunfos deportivos de México durante los últimos meses

30 *Conociendo México*

- Huamantla: donde la fiesta, el arte y la tradición nunca duermen

38 *Novedades de la ciencia*

- Nueva herramienta busca identificar quién tiene mayor riesgo por obesidad

48 *Notirelax*

- Menciones informativas





Drones al servicio de la salud

Por Cinthya Tovar



Un dron es una pequeña aeronave que opera sin un piloto a bordo, que puede ser controlado remotamente y, según el sistema, realizar determinadas funciones de forma autónoma gracias a sistemas de navegación, cámaras y sensores. Sus primeros antecedentes se encuentran en el siglo XX, cuando comenzaron a desarrollarse aeronaves sin piloto, principalmente para actividades militares y de entrenamiento. Con el paso de los años, la tecnología fue mejorando y los drones se hicieron más pequeños, precisos y fáciles de controlar, y, en las últimas décadas, su uso dejó de limitarse al ámbito militar para extenderse a actividades como la fotografía, la agricultura, la vigilancia, el rescate y la investigación.

Esta evolución ha permitido que los drones pasen de ser principalmente herramientas experimentales a convertirse en dispositivos capaces de realizar tareas específicas de gran importancia. Actualmente, por ejemplo, también, se utilizan en el área de la salud, para transportar medicamentos o insumos médicos, especialmente hacia lugares donde el acceso por tierra puede ser complicado; evaluar y monitorear zonas afectadas por desastres; además de recolectar muestras médicas.

Más concretamente, estas son las utilidades de los drones en la medicina:

- **Transporte de medicamentos** a comunidades alejadas o de difícil acceso.
- **Entrega de vacunas** en lugares donde el ingreso terrestre es complicado. Incluso, se ha estudiado su capacidad para mantener la cadena de frío de vacunas durante el traslado, un aspecto fundamental para conservarlas en condiciones adecuadas.
- **Traslado de sangre y productos sanguíneos** para atender emergencias y transfusiones.
- **Transporte de muestras médicas** hacia laboratorios, para acelerar los diagnósticos.
- **Apoyo durante emergencias y desastres**, como inundaciones, terremotos, huracanes o deslaves.
- **Vigilancia de zonas afectadas** mediante cámaras y sensores, para identificar áreas de riesgo.
- **Vigilancia y prevención de enfermedades**, por ejemplo, localizando lugares donde se reproducen mosquitos transmisores de dengue, zika y chikungunya.
- **Apoyo al mantenimiento de la cadena de frío mediante sistemas de transporte y monitoreo adecuados**, especialmente

Unival®

Justo en el sitio **ulcerado**

- ✓ **Sucralfato forma una barrera protectora sobre el área ulcerada** ⁽¹⁾
- ✓ **Tasa de curación de hasta 90% en úlceras duodenales** ⁽²⁾



Presentación:
Tabletas
y suspensión

UNIV-01A-25

NO. DE ENTRADA: 2511032002C00017

BIBLIOGRAFÍA:

1. Sander BQ. The Use of Sucralfate in Clinical Practice. Academic Journal of Gastroenterology & Hepatology. Volume 3-Issue 4 . 2022(pág. 1-2)
2. Hunt R. Treatment of Peptic Ulcer Disease with Sucralfate: A review. The American Journal of Medicine. Vol 91 (102)



Senosiain®

Revisar IPP:



durante el traslado de determinadas vacunas y productos médicos.

- **Acceso a comunidades aisladas**, reduciendo el tiempo necesario para hacer llegar suministros sanitarios.
- **Apoyo a campañas de salud**, al facilitar la distribución rápida de insumos en diferentes comunidades.
- **Transporte de suministros de emergencia**, como material médico y productos necesarios durante una crisis.
- **Potencial reducción de costos** y tiempos de transporte en determinadas rutas donde el traslado terrestre resulta lento o complicado.
- **Apoyo en labores de investigación**, mediante la recopilación de imágenes e información de determinadas zonas.
- **Complemento de los servicios de salud**, sin sustituir a médicos, enfermeros, laboratorios ni ambulancias.

Una de las experiencias mejor documentadas sobre la utilidad de esta tecnología se encuentra en Ruanda, donde los drones se usan para transportar productos sanguíneos hacia centros de salud ubicados en regiones de difícil acceso. La Organización Mundial de la Salud explica que esta tecnología permitió reducir, en algunos casos, los tiempos de entrega, de aproximadamente cuatro horas a sólo 15 minutos, en Ruanda. Esto resulta especialmente importante cuando se trata de una transfusión que no puede esperar a que las condiciones de una carretera permitan el traslado terrestre.

El valor de esta tecnología fue comprobado en una investigación publicada en *The Lancet Global Health*, que analizó 12 mil 733 entregas de productos sanguíneos realizadas mediante drones en Ruanda, entre 2017 y 2019. Los investigadores encontraron que el tiempo promedio de entrega con ellos fue de 49.6 minutos, lo que se traduce en 79 minutos más rápido que con las rutas de entrega por tierra. Estos resultados muestran que un dron puede ayudar a mejorar la manera en que se administran recursos médicos que tienen una vida útil limitada.

En octubre de 2021, India puso en marcha el proyecto i-Drone, liderado por el Indian Council of Medical Research (ICMR), para transportar vacunas contra COVID-19 hacia zonas de difícil acceso. Uno de los primeros vuelos llevó 900 dosis desde Bishnupur hasta el centro de salud de Karang, situado en una isla del lago Loktak, en Manipur. El dron recorrió aproximadamente 31 kilómetros en menos de 15 minutos, mientras que, por tierra, el traslado podía requerir entre tres y cuatro horas debido a las características geográficas de la zona. Las vacunas fueron utilizadas para iniciar la vacunación en el centro sanitario. Durante la pandemia de COVID-19, Malawi y Ghana también utilizaron drones como parte de las estrategias para mantener el suministro de vacunas en zonas que podían quedar aisladas. Asimismo, dada la importancia del diagnóstico inmediato, en Ghana, esta tecnología permitió transportar muestras desde lugares de recolección hacia laboratorios para su análisis.



NUEVO

Xaraban®

Rivaroxabán

el inhibidor del factor *Xa* de la coagulación

➤ **Rápida acción** anticoagulante.^{1,2}

➤ **Eficaz** reducción de eventos tromboembólicos.¹

➤ En **prevención y tratamiento**, versatilidad anticoagulante.¹



Descargue la IPP



Referencias: 1. Liomont. Información para prescribir amplia Xaraban® Rivaroxabán Tabletas.
2. Berkovits A., Mezzano D., Nuevos anticoagulantes orales: actualización. Rev Chil Cardiol. 2017; 36 (3): 254-263
Reporte las sospechas de reacción adversa al correo: farmacovigilancia@liomont.com.mx o en la página de internet: www.liomont.com.mx
INFORMACIÓN EXCLUSIVA PARA PROFESIONAL DE LA SALUD
XARABAN® TABLETAS 10, 15, 20 mg Reg. Núm. 188M2023 SSA IV
Aviso de Publicidad Núm.: 2309072002C00105

línea **cardiometabólica**

&5
INFINITAMENTE
LIOMONT

En Suecia, se integraron drones equipados con desfibriladores externos automáticos (DEA) al sistema de emergencias. Cuando se recibía una alerta por posible paro cardíaco extrahospitalario, el dron podía despegar antes que la ambulancia. Este es uno de los casos más interesantes porque el dron no se utiliza simplemente para transportar insumos, sino como parte de una respuesta médica de emergencia. En un estudio publicado en *The Lancet Digital Health*, en 2023, se analizaron 211 alertas. Los drones fueron desplegados en 72 casos y consiguieron entregar el desfibrilador en 58. En 37 de los casos en los que se pudo comparar el tiempo de llegada, el dron llegó antes que la ambulancia, con una ventaja mediana de tres minutos y 14 segundos.

En abril de 2019, investigadores de la Universidad de Maryland realizaron el que fue presentado como el primer transporte de un órgano humano mediante una aeronave no tripulada, para efectuar un trasplante. Un dron especialmente diseñado transportó un riñón humano donado desde un punto de Baltimore hasta el Centro Médico de la Universidad de Maryland, donde fue recibido por el equipo de trasplantes y, posteriormente, implantado con éxito en una paciente de 44 años que padecía insuficiencia renal y llevaba años sometiéndose a diálisis. El vuelo duró 9.52 minutos y recorrió aproximadamente 2.8 millas (4.5 km) sobre una zona urbana densamente poblada. El sistema había sido desarrollado específicamente para transportar órganos y contaba con mecanismos para mantener y monitorizar las condiciones del riñón durante el trayecto.

En octubre de 2023, Cleveland Clinic anunció que planeaba utilizar drones para entregar determinados medicamentos directamente a los domicilios de sus pacientes. El proyecto contemplaba inicialmente medicamentos especializados y recetas urgentes, con la posibilidad de ampliar posteriormente el servicio a muestras de laboratorio, alimentos prescritos y suministros médicos. Pero el 3 de agosto de 2026, Cleveland Clinic anunció que ya había comenzado las primeras entregas reales mediante drones en los suburbios del este de Cleveland. Se trata, según la propia institución, del primer despliegue de largo plazo de un programa de entrega de medicamentos recetados mediante drones por parte de un sistema de salud estadounidense.

En México, el potencial resulta particularmente interesante debido a la diversidad geográfica del país. La Secretaría de Salud de México expone que los drones también han sido utilizados para localizar sitios donde se reproducen mosquitos transmisores de enfermedades, como dengue, zika y chikungunya, lo que puede aportar información útil para las acciones de vigilancia y prevención sanitaria.

Sin embargo, para que estas aplicaciones sean realmente útiles a mayor escala se necesita inversión, mantenimiento, capacitación y normas de seguridad. Por ello, los drones se consideran una herramienta complementaria al transporte por tierra y un apoyo para los profesionales de la salud. En definitiva, cuando unos minutos pueden marcar la diferencia en la atención de un paciente, los drones pueden convertirse en un recurso importante para hacer que la salud sea más accesible, rápida y oportuna. [R](#)



¡Muévete sin **Dolor!**



Para el
**tratamiento
sintomático
de reacciones
alérgicas e
inflamatorias severas**

**#Genéricos
Excepcionales®**





130
Years of Anniversary



LE CORDON BLEU®
Excellence in Education since 1895



El arte del CHILE EN NOGADA

*Las técnicas del Chef Carlos Barrera,
de Le Cordon Bleu México*

Por Redacción Relax

El chile en nogada es uno de los platillos más emblemáticos de la gastronomía mexicana y, quizá, el más representativo y consumido en la temporada de las fiestas patrias, sobresaliendo de entre otras preparaciones típicas porque su receta incorpora una combinación de historia, territorio, temporalidad e identidad cultural. Es un platillo que se compone de chile poblano, como base principal, relleno de picadillo –elaborado con carne, frutas y otras especias–, bañado con la llamada nogada, que es una salsa cremosa cuyo ingrediente protagonista es la nuez de Castilla, y decorado con granos de granada y perejil.

El Chef Carlos Barrera, especialista en Gastronomía Mexicana y Chef instructor en Le Cordon Bleu México, con 14 años en la institución, en entrevista con *Relax, lectura terapéutica*, compartió que el chile en nogada es producto de la llamada cocina conventual, aquella que surge en los conventos luego de la llegada de los españoles y que fusiona los ingredientes nativos con los europeos. Explicó que, según la leyenda, el platillo surgió en 1821, en Puebla, en el convento de Santa Mónica, cuando las monjas agustinas lo idearon para Agustín de Iturbide, quien regresaba de Veracruz tras firmar los Tratados de Córdoba. Crearon el platillo con productos de temporada que tenían en ese momento, como el chile, la carne, algunos frutos e ingredientes endémicos de aquella parte del país, y lo decoraron con los colores de la bandera.

Por lo anterior, el Chef enfatizó en que el chile en nogada es un platillo nacionalista, icónico de septiembre, el mes patrio, no sólo por sus colores, sino por la temporalidad de sus ingredientes, ya que, si bien el chile poblano está disponible todo el año, las frutas que acompañan el picadillo y la decoración, como la manzana, el durazno, la pera y la granada, son particularmente de esta temporada, cuya cosecha comienza en el mes de julio hasta finales de septiembre y principios de octubre.

El toque especial del platillo

Uno de los distintivos del chile en nogada es la combinación y el equilibrio de sabores salados y dulces, y ahí es donde el Chef Barrera mencionó una curiosidad del platillo. Comentó que una de las versiones que cuenta la historia es que, originalmente, el chile en nogada no era un plato fuerte, sino un postre, pero, al paso de los años, la receta se fue modificando según quien lo preparara, con su propio estilo, sazón y aportación. Por eso, para él, “no existe una receta original, porque cada persona le da su toque especial”.

Y el toque especial del Chef Barrera comienza por **tatemar los chiles** en el comal, una técnica tradicional mexicana, que les da ese sabor ahumado; después, pelarlos, condimentarlos con un poco de sal y meterlos en una bolsa, para que suden, “como le hacían las abuelitas antes”.

Su **relleno**, preparado con técnicas de cocina francesa, incluye carne molida de res y de cerdo, preparada con variedad de frutas frescas, que aportan el sabor dulce; él prefiere la manzana, el durazno, la pera y cubitos de plátano macho maduro fritos. También, incorpora frutas confitadas, como el chayote, el camote, el chilacayote o la papaya, para sustituir al acitrón, cuyo uso ya está prohibido. Para elevar un poco el dulzor, el toque especial del Chef Barrera es agregarle un poquito de azúcar morena.

En cuanto a la salsa, para el Chef Barrera, la mejor **nogada** es aquella que lleva, lógicamente, nuez de Castilla, un poco de queso de cabra, crema y su toque personal –que aprendió de la Chef investigadora Patricia Quintana–, que es un chorrito de oporto y un chorrito de

jerez Tío Pepe, dos productos de origen europeo. Un detalle importante sobre la nogada, explicó el Chef, es que debe tener una textura napante –ni tan espesa, ni tan líquida–, que cubra, como un mantel, todo el chile. Para saber si la nogada posee esta textura ideal, el Chef Barrera nos reveló un truco: la “prueba de Moisés”, que consiste en tomar un poco de la salsa con una cuchara y, con el dedo, dividir la mezcla en dos partes; si ambas se unen rápidamente, indica que la salsa está muy líquida; por el contrario, si no se juntan, es porque está demasiado espesa. Lo ideal es que ambas partes se reincorporen poco a poco, de manera uniforme.



Equilibrar lo tradicional con lo moderno

Como bien comentó el Chef Barrera, no existe una única receta de chiles en nogada; cada persona tiene su estilo y su manera de prepararlos, y para todos los gustos hay; sin embargo, él los prefiere de la forma tradicional, sin capear y sin cobertura de hojaldre. Esto, porque esos ingredientes adicionales pueden alterar la armonía de los sabores principales; además, se debe ser muy cuidadoso con las técnicas, ya que su mala ejecución podría estropear el platillo tanto en estética como en sabor. En el capeado, por ejemplo, se debe saber cómo batir la mezcla para que le entre la cantidad adecuada de aire, para que no quede muy poroso, y se debe

cuidar la temperatura del aceite, para evitar que quede muy grasoso. En el caso del hojaldre, la humedad del chile y del relleno humedecerían el hojaldrado, impidiendo que tenga una textura crujiente. En este sentido, el Chef es muy firme en aclarar que el chile en nogada es un platillo refinado y no es un chile relleno común.

No obstante su preferencia por lo tradicional, el Chef Barrera está consciente de que los platillos deben adaptarse a las tendencias de consumo y a ciertas necesidades de los comensales, pero sin perder su esencia. Actualmente, se ha observado que las personas buscan mantener una alimentación más saludable y, en este contexto, el Chef comentó que se puede sustituir la manteca de cerdo por algún otro tipo de grasa más saludable. Para quienes no comen carne, el Chef propone un relleno a base de quinoa o tofu.

El Chef cerró mencionando que, para él, lo interesante del chile en nogada es que nos permite comprender que la cocina mexicana no solamente se construye a partir de recetas, sino mediante productos, temporadas, técnicas, familias, historias y conocimientos que pasan de una generación a otra. Por ello, preparar un chile en nogada implica una responsabilidad que involucra conocer su contexto, respetar el producto y encontrar un equilibrio entre preservar la tradición y permitir que la cocina continúe evolucionando.

“El chile en nogada no solamente se come; también, nos cuenta una historia de México a través de sus ingredientes, sus colores y las personas que mantienen viva su tradición”.

Chiles en nogada

Receta elaborada por el Chef Carlos Barrera Palacios
Chef Instructor de Le Cordon Bleu México.

Esta receta forma parte del temario del Diplomado de Cocina Mexicana impartido en Le Cordon Bleu México.

Ingredientes:

- 8 chiles poblanos medianos
- 2 granadas rojas
- 40 g de perejil picado

Para el relleno:

- 100 g de cebolla
- 2 dientes de ajo
- 400 g de carne de res molida
- 400 g de carne de cerdo molida
- 150 g de acitrón
- 50 g de pasitas
- 100 g de almendras peladas, tostadas y picadas
- 200 g de duraznos frescos
- 200 g de pera
- 200 g de manzana
- 1 plátano macho maduro
- 400 g de jitomate
- 50 g de azúcar mascabado
- 5 g de canela molida
- Sal y pimienta en cantidad suficiente
- 80 g de manteca de cerdo
- 40 g de perejil

Para la nogada:

- 150 g de nuez de Castilla pelada
- 30 g de almendra pelada
- 100 g de queso de cabra natural
- 100 g de queso doble crema
- 100 ml de leche
- 100 ml de crema
- 100 g de azúcar blanca
- 5 ml de oporto
- 5 ml de jerez
- 1 hoja de maíz seca para decorar

Preparación:

1. En una cacerola caliente, agregar la manteca, freír las carnes, retirar y reservar.
2. En la misma cacerola, acitronar la cebolla y el ajo picado, agregar el jitomate en cubos, regresar la carne y agregar las frutas cortadas en cubos, reservando el plátano.
3. Cortar el plátano en cubos y freírlo por aparte
4. Incorporar el resto de los ingredientes, rectificar sazón.
5. Para la salsa: Licuar todos los ingredientes, cuidar la consistencia, dejar enfriar.
6. Tatemar los chiles a fuego directo, pelarlos y quitar semillas.
7. Rellenar los chiles, hornear y presentar.



130
Year Anniversary



LE CORDON BLEU®

Excellence in Education since 1895

2026

Workshops:

TRILOGÍA DE POZOLES
SÁBADO 5 DE SEPTIEMBRE
\$3,000

CONCHAS Y CHURROS
SÁBADO 5 DE SEPTIEMBRE
\$3,000

PAN DE MUERTO
SÁBADO 17 DE OCTUBRE
\$2,200

PAN DE MUERTO
¡SEGUNDA FECHA!
SÁBADO 24 DE OCTUBRE
\$2,200

GALLETAS DECORADAS
DECORADAS CON ROYAL ICING
NAVIDEÑAS
SÁBADO 7 DE NOVIEMBRE
\$3000



www.cordonbleu.edu/mexico



Facultad de
Turismo y Gastronomía
50 AÑOS

130
Année d'AnniversaireLE CORDON BLEU
Excellence in Education since 1895

Ópera: la precisión en escena



Escrito por Chef Esther Galeana
Instructora de Pastelería
Le Cordon Bleu México



Pocos postres exhiben tanta disciplina y precisión como el Ópera. Su estructura, formada por capas horizontales montadas con una precisión diligente y detallada, lo convierte en uno de los pasteles franceses más emblemáticos del mundo y, también, en uno de los más exigentes de ejecutar.

Su origen se ubica en París, a mediados de los años cincuenta, con dos casas pasteleras reclamando la autoría: Dalloyau, de la mano del chef Cyriaque Gavillon. El nombre, según la versión más aceptada, surgió de acuerdo al consejo por parte de Mme. Gavillon, quien, al preguntarle su esposo qué nombre debería tener, ella le responde: "¡L'Ópera!", por la similitud visual entre las líneas rectas del pastel y el escenario del Palacio Garnier, sede histórica de la Ópera de París. Poco después, Gaston Lenôtre, conocido como el "Padre de la pastelería moderna",



también se disputa su autoría, dado que, como cuenta la historia, ayudó a popularizar y refinar la receta. Sea cual sea el origen exacto, resulta fascinante haber sido creado bajo la visión de lograr un postre que, al tener el primer bocado, hubiese una explosión no solamente de sabor, sino un contraste de texturas, un vals entre ingredientes que se abrazan y complementan armoniosamente.

Ahí, nació una nueva manera de entender la pastelería, donde la precisión pesa más que cualquier decoración.

La construcción del Ópera se basa en tres elementos que se repiten en capas alternas: bizcocho Joconde, crema de mantequilla de café y ganache de chocolate. El bizcocho Joconde aporta un perfil neutro y delicioso; su función es protagonista: sirve como soporte que sostiene la estructura y absorbe el almíbar de café, sin perder firmeza. Antes de comenzar a construir, el primer bizcocho es preparado con un chablón, una capa fina de chocolate que permite aislarlo y lo prepara para recibir el almíbar y guardar toda la humedad, sin que esta pueda escaparse.

La crema de mantequilla, realizada con una *pâte à bombe*, aporta la untuosidad y el punto exacto de dulzor, con notas tostadas de café. El ganache de chocolate, por su parte, introduce el contraste: mayor intensidad, notas organolépticas, que evocan la memoria del suelo en donde ha crecido ese cacao; nos da una textura más firme y un final ligeramente amargo, que se equilibra perfectamente con la crema. El glaseado final, normalmente, un espejo de chocolate brillante, no es sólo decorativo, sino que sella la humedad interna y aporta la textura suave del primer corte.

Mientras otros postres buscan sorprender con texturas opuestas o ingredientes inesperados, el Ópera apuesta por lo contrario: la repetición exacta, capa tras capa. Cada capa debe mantener un grosor casi idéntico; entre cuatro y seis milímetros es el estándar más citado en manuales de pastelería profesional. Cualquier variación representa un desequilibrio entre la proporción de la crema de mantequilla de café, el ganache de chocolate y el bizcocho en cada bocado. El momento del corte final es también parte de la técnica; nos revela las líneas internas, la bella construcción que asemeja esos pisos delineados perfectamente de L'Ópera Garnier.

Para concluir, se prepara el acto final, un cucurucho con chocolate, que se transformará en una extensión de la mano. Con semblante sereno y movimientos perfectamente entrenados, escribe en la superficie lisa y brillante: Ópera.

Esta exigencia explica por qué este postre se mantiene como referencia obligada en la formación de pasteleros: condensa en una sola pieza el equilibrio de sabores, la maestría técnica en cremas y ganaches, y la precisión del montaje.

Aunque, al pasar del tiempo, han surgido variaciones (con matcha, frutos rojos o especias), el Pastel Ópera clásico de café y chocolate sigue siendo el punto de partida. Su vigencia no viene de ninguna moda pasajera, sino de casi setenta años defendiendo la misma receta, sin necesitar nada más.

Frente a una pastelería contemporánea que busca deslumbrar con exceso, el Ópera responde con tradición pura: pocos elementos, ejecutados a la perfección. Quizás, por eso, sigue en las vitrinas de las mejores pastelerías del mundo, sin necesidad de reinventarse.



Por Cinthya Tovar

Primera separación de craneópagos

El 6 de septiembre de 1987, un equipo médico del Hospital Johns Hopkins, en Baltimore, de 70 personas, encabezado por el neurocirujano, pediatra retirado, escritor y político estadounidense Benjamin Solomon, conocido como "Ben" Carson, realizó la separación de los gemelos Patrick y Benjamin Binder, quienes habían nacido unidos por la parte posterior de la cabeza. La intervención fue considerada una de las más complejas de la neurocirugía moderna. La operación comenzó desde el 5 de septiembre y se prolongó durante aproximadamente 22 horas.

Los hermanos compartían estructuras vasculares dentro del cráneo, lo que hacía que cualquier error pudiera provocar una hemorragia mortal para los siameses, pero, para enfrentar este riesgo, el equipo recurrió a técnicas quirúrgicas y de circulación extracorpórea. El procedimiento representó un importante avance para la medicina, pues demostró que la separación de gemelos craneópagos podía ser posible incluso en casos de gran complejidad, ya que la intervención exigió la colaboración de decenas de especialistas y una planificación extraordinaria, convirtiéndose en un referente para posteriores procedimientos de este tipo. **R**



Fundación de la ciudad de Zacatecas

El 8 de septiembre de 1546 se considera la fecha de fundación de Zacatecas, cuando una expedición encabezada por Juan de Tolosa, un español de origen vasco, llegó a la región y descubrió importantes yacimientos de plata al pie del cerro de La Bufa. Este hallazgo marcó el inicio de un asentamiento que tendría una enorme importancia económica durante el período virreinal.

La riqueza mineral atrajo a otros personajes, entre ellos, Cristóbal de Oñate, Diego de Ibarra y Baltasar Temiño de Bañuelos, quienes participaron en el establecimiento y desarrollo del poblado. La explotación de la plata convirtió a Zacatecas en uno de los principales centros mineros de la Nueva España y favoreció la expansión de rutas hacia los territorios del norte. Durante los siglos XVI y XVII, la ciudad alcanzó una notable prosperidad. Su crecimiento estuvo estrechamente ligado a la minería y a la particular geografía de la región, elementos que también determinaron su singular trazado urbano y contribuyeron a la construcción de un importante patrimonio arquitectónico y cultural. **R**



NUEVO

NEXUS H[®]

Amlodipino 5mg / HCTZ 12.5mg

Para aquellos pacientes que
no alcanzan su meta antihipertensiva
y necesitan una **terapia combinada**.

- **El uso combinado de BCC**
(bloqueadores de los canales de calcio)
más tiazidas en 30,791 pacientes
concluye:

Es de **gran utilidad en**
pacientes con hipertensión
sistólica aislada y en el
paciente de edad avanzada.

- **La combinación tiene una**
significativa disminución
del riesgo de:



**Infarto
al miocardio**



**Enfermedad
cerebrovascular**



NEXU-H-01A-19 NÚMERO DE ENTRADA: 193300202C1807

 **IPAL[®]**

Senosiain[®]

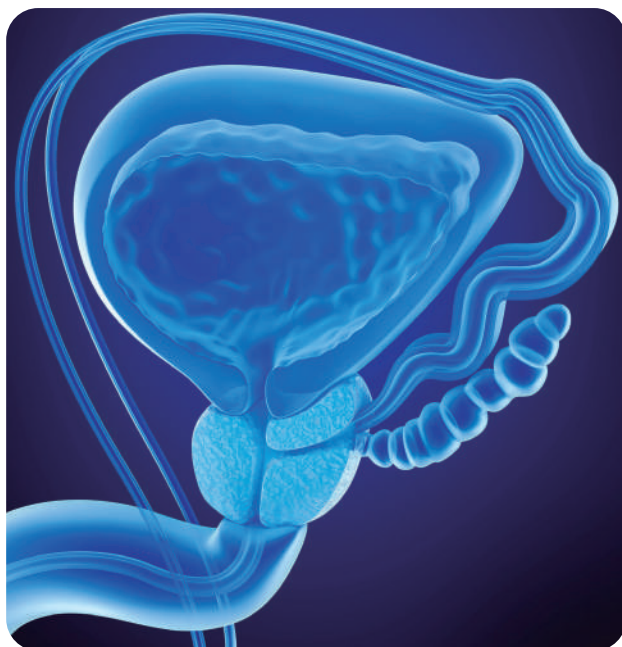
Revisar IPP:



Día Europeo de la Salud Prostática

Cada 15 de septiembre se conmemora el Día Europeo de la Salud Prostática, una fecha dedicada a promover la atención y el cuidado de la salud de la próstata, especialmente entre los hombres adultos. La iniciativa busca generar conciencia sobre la importancia de conocer los factores de riesgo y prestar atención a posibles alteraciones que pueden afectar la calidad de vida, sobre todo a mayores de 50 años. Y es que, con el paso de los años, este órgano puede presentar cambios, como el crecimiento benigno, una condición frecuente que puede ocasionar dificultades para iniciar o mantener el flujo de orina, necesidad de acudir al baño con mayor frecuencia o levantarse durante la noche.

La fecha también permite hablar de manera abierta sobre el cáncer de próstata, uno de los cánceres más frecuentes entre los hombres. Su riesgo aumenta con la edad y puede estar influido por antecedentes familiares y otros factores. La valoración médica individual es fundamental para determinar cuándo y qué pruebas de detección son apropiadas para cada paciente, ya que no existe una única estrategia de revisión para todos los hombres. Hablar de la salud prostática contribuye a derribar prejuicios y a recordar que atender los cambios en la salud urinaria o sexual forma parte del cuidado integral de los hombres. **R**



Los Picapiedra hacen su debut en horario estelar

El 30 de septiembre de 1960, la cadena estadounidense ABC transmitió por primera vez *Los Picapiedra*, una serie animada creada por William Hanna y Joseph Barbera. Su estreno marcó un momento importante en la historia de la televisión, pues fue la primera caricatura en ocupar un espacio regular en el horario estelar, a las 8:30 p. m. (hora del este de Estados Unidos).

La serie se ambientaba en la prehistoria, en la ficticia ciudad de Piedradura, en donde Pedro y Vilma Picapiedra, los protagonistas, llevaban su vida cotidiana junto con sus vecinos y amigos, Pablo y Betty Mármol. Aunque utilizaba un escenario de la Edad de Piedra, sus historias reflejaban situaciones de la sociedad contemporánea, como el trabajo, la familia, la amistad y hasta el uso de la tecnología, como los autos.

Los Picapiedra demostró que una producción animada podía atraer a públicos de distintas edades y abordar temas que iban más allá del entretenimiento infantil. Su éxito contribuyó a consolidar la animación como un formato posible dentro de la programación televisiva para toda la familia. La serie permaneció al aire hasta 1966, con seis temporadas, y se convirtió en uno de los clásicos más reconocibles de la televisión estadounidense. **R**

SAVE THE DATE

16 y 17 DE OCTUBRE
QUERÉTARO, MÉXICO

CONOCE+

Congreso de oncología,
cirugía, oncológica, enfermería
y especialidades afines



Los triunfos deportivos de México durante los últimos meses

Por Cinthya Tovar

Durante los últimos meses, el deporte mexicano ha dejado huella y ha sido protagonista en el escenario internacional. Lo hizo en el fútbol, con una destacada participación en la Copa Mundial de 2026, pero también deportistas mexicanos sobresalieron en el ciclismo y en los grandes eventos multideportivos que se desarrollaron simultáneamente o en competiciones posteriores, como los Juegos Centroamericanos y del Caribe.



La actuación de **la selección nacional en el Mundial de Fútbol de 2026** tuvo un significado especial, ya que terminó en el noveno lugar de la clasificación final, después de una fase de grupos perfecta, en la que sumó nueve puntos

al ganar los tres partidos, con seis goles totales a favor y ninguno en contra. Como uno de los anfitriones, junto con Canadá y Estados Unidos, México comenzó el torneo con victorias sobre Sudáfrica y Corea del Sur, y cerró la fase de grupos con un contundente 3-0 ante Chequia para avanzar como líder del Grupo A. Luego, en la fase de dieciseisavos, venció 2-0 a Ecuador, y se enfrentó a Inglaterra en octavos de final, donde finalmente cayó, con un honorable 3-2, en un partido intenso, en el que compitió hasta el último minuto.

Con esto, la selección mexicana se instaló entre los 10 mejores equipos del mundo y, sobre todo, recuperó algo que también cuenta en el deporte, que es la capacidad de competir con los grandes y volver a ilusionar a su gente.

Por su parte, el 5 de julio de 2026, en Barcelona, **Isaac del Toro** escribió uno de los capítulos más importantes del ciclismo mexicano al ganar la segunda etapa del **Tour de Francia**, tras imponerse en el cierre en Montjuïc, dejando a

Fosfonat[®]

ácido ibandrónico

bi-Fosfonato oral
que da fortaleza ósea **mes a mes**



REDUCE EL RIESGO DE FRACTURAS¹

IPP Fosfonat[®]



Literatura exclusiva para Médicos
Recuerde que contamos con el Programa de Lealtad de Limont para sus pacientes "Juntos Por Tu Salud"
www.juntosportusalud.com.mx Call Center 800 5466 668

Bibliografía: 1.- Chesnut CH III and Cols. Effects of oral ibandronate administered daily or intermittently on fracture risk in postmenopausal osteoporosis. Journal of Bone and Mineral Research. Volume 19, number 8, 1241- 1249, 2004. No. de Aviso:153300202C8060



EMPRESA
SOCIALMENTE
RESPONSABLE

LIMONT



Tadej Pogačar en segundo lugar. Con apenas 22 años, originario de Ensenada, se convirtió en el segundo mexicano en ganar una etapa del Tour, después de Raúl Alcalá, y puso fin a una espera de 36

años. Durante las tres semanas de competencia, Del Toro mantuvo una notable regularidad y fue uno de los protagonistas de las carreras más exigentes del mundo. Terminó tercero de la clasificación general y conquistó el maillot blanco como ganador de la clasificación de los jóvenes.

Mientras Del Toro, "El Torito", sorprendía en Europa y el fútbol concentraba las miradas durante el Mundial, otra generación de atletas mexicanos construía una historia propia en República Dominicana. En **los Juegos Centroamericanos y del Caribe Santo Domingo 2026**, del 24 de julio al 8 de agosto, de acuerdo con el sitio oficial que muestra el resultado final, México terminó en el primer lugar del medallero, con 407 preseas: 167 de oro, 125 de plata y 115 de bronce, la mejor actuación histórica del país en la competencia. Detrás de esas cifras destacan actuaciones individuales que merecen un lugar especial.

La nadadora **Celia Pulido** fue una de las grandes figuras de la delegación, al conquistar 11 medallas –ocho de oro, una de plata y dos de bronce– y convertirse en la máxima medallista mexicana de la edición, además de establecer el récord de más preseas obtenidas por un atleta en una sola edición



de los Juegos. Su historia tuvo un componente todavía más significativo. Según reportó *El País*, antes de viajar a Santo Domingo, había considerado retirarse del deporte, pero terminó regresando a México convertida en protagonista histórica.

En los clavados, **Osmar Olvera** sumó tres oros y volvió a confirmar su condición de referente, mientras que **Juan Manuel Celaya** ganó tres medallas, una de oro en trampolín de 3 metros sincronizados (junto a Osmar Olvera) y dos de bronce (en trampolín de 1 metro y en trampolín de 3 metros individual). En el caso de **Randal Willars** y **Emilio Treviño** ganaron medalla de oro en clavados sincronizados en la prueba de plataforma de 10 metros, teniendo una actuación destacada también de manera individual.



Beatriz Briones conquistó cinco medallas de oro en canotaje de velocidad; **Marina Malpica** obtuvo cinco preseas doradas en gimnasia rítmica e **Itzamary González** ganó oro en solo libre femenino en natación artística. **Alegna González** ganó el oro en la prueba de medio maratón de marcha de 21 kilómetros, **Laura Galván** ganó el oro en el medio maratón, con un tiempo de **1:13:43**, que estableció un récord de los Juegos.



Eduardo Herrera sobresalió en las pruebas de los 1,500 y 5,000 metros al ganar dos medallas de oro para México; **Uziel Muñoz** ganó la medalla de oro en impulso de bala, y **Yareli Acevedo** conquistó el oro en el ómnium femenino del ciclismo de pista.



Lurmivi

Simple, seguro y eficaz

**Triple
combinación
a base de:**

**Fluconazol
Tinidazol
Clindamicina**



**Para infecciones
cérvico-vaginales
mixtas.**

**2 tabletas
cada 12 h,
UN SOLO DÍA.**



LURM-01A-17 | NO. DE ENTRADA: 173300202C0216

Revisar IPP:



Itra

Senosiain®



En el caso de la **Selección Mexicana Femenil Sub-23**, se quedó con la medalla de oro en los Juegos Centroamericanos y del Caribe Santo Domingo

2026, luego de imponerse a Colombia, en una dramática definición por penales. El conjunto, dirigido por Vanessa Martínez, mostró carácter en una final marcada por la intensidad y la presión, en la que las mexicanas mantuvieron la concentración hasta el último momento para llevarse el título desde los once pasos. Con este triunfo, México refrendó su protagonismo en el fútbol femenino de la región y sumó otro resultado destacado a la histórica participación de la delegación nacional en la justa centroamericana, que, este año, celebró su centenario.

La lista podría continuar y, precisamente, ahí está una de las grandes noticias: que la bandera mexicana ondea cada vez en más escenarios y disciplinas deportivas.

Las medallas son la forma más visible de medir el rendimiento deportivo, pero, detrás de cada una, existe una historia que no siempre aparece en las estadísticas, y son las horas de entrenamiento, los viajes, las lesiones, las dudas, la asimilación de las derrotas, familias que acompañan y entrenadores que permanecen durante los entrenamientos hasta el momento de la competición.

Por eso, el éxito reciente del deporte mexicano es tan significativo; más allá del número de preseas, se refleja el esfuerzo y la experiencia adquirida por una generación que continúa construyendo su historia internacional, ya que, para los atletas, comienza la tarea de sostener el nivel, crecer y volver a competir.

Los últimos meses ofrecieron varios motivos para que México volviera a mirar hacia sus atletas. México es un país cuyo talento deportivo va mucho más allá de la cancha. Del Toro, Pulido, Osmar Olvera, Beatriz Briones, Marina Malpica, Alegna González y muchos nombres más continúan escribiendo su propia historia. Y mientras ellos avanzan, una nueva generación de jóvenes se inspira observando el destacado desempeño de los deportistas que representan al país. R



Lifeway®

Desde. 1986

¡UN RITUAL DIARIO PARA TU BIENESTAR!

¡CONOCE MÁS SOBRE
LIFEWAY KÉFIR!



Puede contribuir a la
absorción de vitaminas
y minerales durante
la digestión

Un consumo regular
puede favorecer el
sistema inmune

BENEFICIOS DE CONSUMIR KÉFIR

Puede contribuir a
mejorar problemas
como acné o eccema

Contiene vitamina D que
puede favorecer la salud
de los huesos y las
articulaciones



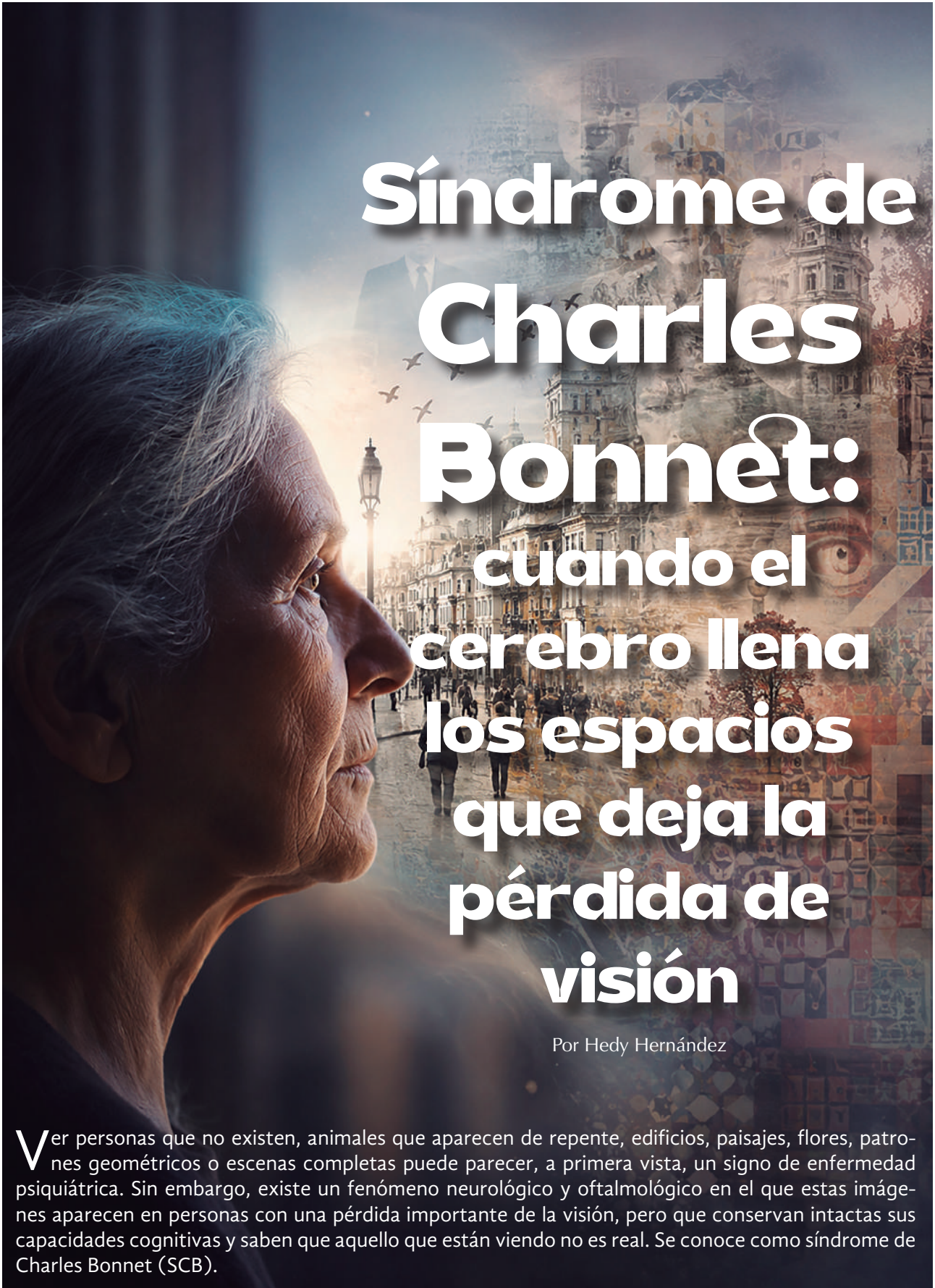
**BEBIDA A BASE
DE LECHE
FERMENTADA
BAJA EN GRASA
SABOR NATURAL**
CONT. NET. 946ml



**BEBIDA A BASE
DE LECHE
FERMENTADA
BAJA EN GRASA
SABOR NATURAL**
CONT. NET. 236 ml



Como parte de una alimentación equilibrada.
*Al momento de su elaboración.
**Hasta 99% libre de lactosa.



Síndrome de Charles Bonnet: cuando el cerebro llena los espacios que deja la pérdida de visión

Por Hedy Hernández

Ver personas que no existen, animales que aparecen de repente, edificios, paisajes, flores, patrones geométricos o escenas completas puede parecer, a primera vista, un signo de enfermedad psiquiátrica. Sin embargo, existe un fenómeno neurológico y oftalmológico en el que estas imágenes aparecen en personas con una pérdida importante de la visión, pero que conservan intactas sus capacidades cognitivas y saben que aquello que están viendo no es real. Se conoce como síndrome de Charles Bonnet (SCB).

El síndrome representa una paradoja fascinante del cerebro: cuando la información visual procedente de los ojos disminuye, las áreas cerebrales encargadas de procesarla pueden comenzar a generar imágenes por sí mismas. En otras palabras, cuando faltan estímulos externos, el cerebro puede “llenar” los espacios vacíos con información visual interna. Por eso se considera un fenómeno de liberación visual.

Una alucinación que no significa “perder la razón” Este síndrome se caracteriza por alucinaciones exclusivamente visuales. La persona puede contemplar imágenes extremadamente vívidas, detalladas y, en ocasiones, en movimiento. Lo importante es que generalmente conserva la capacidad de reconocer que esas imágenes no corresponden a la realidad.

Esta característica permite diferenciarlo de numerosas enfermedades psiquiátricas o neurológicas en las que también pueden producirse alucinaciones. La experiencia visual es real para los sentidos, aunque el paciente comprende que el objeto o la persona que observa no existe físicamente.

El fenómeno puede presentarse después de una pérdida visual gradual o relativamente repentina. Entre las enfermedades oculares relacionadas se encuentran la degeneración macular asociada con la edad, el glaucoma, las cataratas, la retinopatía diabética, el desprendimiento de retina y algunas enfermedades del nervio óptico.

Charles Bonnet y el origen del síndrome

El fenómeno lleva el nombre del naturalista y filósofo suizo Charles Bonnet, quien en 1760 describió las experiencias visuales de su abuelo, Charles Lullin. El hombre había sufrido una importante pérdida de visión después de problemas relacionados con cataratas y comenzó a ver personas, animales, edificios y otras imágenes que no estaban presentes.

Lo extraordinario era que Lullin sabía que aquello que veía no era real. Su relato permitió reconocer que las alucinaciones visuales podían aparecer en una persona sin enfermedad mental.

Muchos años después, en el siglo XX, el neurólogo suizo Georges de Morsier utilizó el término “síndrome de Charles Bonnet” para describir este tipo de alucinaciones asociadas con pérdida visual y preservación de las funciones cognitivas.

¿Qué sucede en el cerebro?

La explicación más aceptada parte de un concepto denominado desaferentación. Para comprenderlo, hay que recordar que la visión no ocurre únicamente en los ojos. La retina capta la luz y transforma la información en señales eléctricas que viajan a través del nervio óptico y de diferentes estructuras cerebrales hasta alcanzar la corteza visual, localizada principalmente en el lóbulo occipital.

Cuando una enfermedad ocular reduce considerablemente la cantidad de información que llega al cerebro, las redes visuales reciben menos estímulos. Pero esas redes no quedan simplemente “apagadas”. Pueden aumentar su excitabilidad y comenzar a producir actividad espontánea.

Esta teoría se conoce como fenómeno de liberación visual: al disminuir la información sensorial procedente de los ojos, se libera parcialmente la actividad de circuitos cerebrales que normalmente se encuentran regulados por los estímulos visuales. Las teorías actuales también consideran mecanismos de predictive coding, en los que el cerebro combina información sensorial con expectativas y representaciones internas para construir la percepción visual sin que exista el estímulo externo correspondiente.





¿Qué puede ver una persona?

Las imágenes son extraordinariamente variadas. Algunas personas observan figuras humanas desconocidas, rostros, niños o grupos de personas. Otras describen animales, insectos, pájaros, flores o árboles. También pueden aparecer casas, edificios, paisajes, objetos cotidianos o elaborados diseños geométricos.

En ocasiones las imágenes son pequeñas, como si fueran miniaturas; en otras pueden tener un tamaño semejante al de una persona real. Pueden ser monocromáticas o presentar colores intensos.

Los episodios pueden durar desde segundos hasta varios minutos y repetirse durante días, meses o incluso periodos más prolongados. La poca iluminación, la fatiga, la inactividad y el aislamiento sensorial pueden favorecer su aparición. Algunas personas consiguen interrumpirlos parpadeando repetidamente, cambiando la dirección de la mirada, modificando la iluminación o realizando alguna actividad que aumente la estimulación visual y la atención.

La importancia de conservar el juicio de realidad

Uno de los elementos clínicos más importantes es la conciencia de que la experiencia visual no corresponde a algo que existe realmente.

Esta característica ayuda a distinguir el SCB de otras causas de alucinaciones. En la psicosis, por ejemplo, la persona puede interpretar la percepción como verdadera y desarrollar una explicación delirante alrededor de ella. En el delirium puede existir una alteración global de la atención y de la conciencia. En determinadas demencias, como

la enfermedad con cuerpos de Lewy, también pueden existir alucinaciones visuales, pero generalmente dentro de un cuadro neurológico más amplio.

¿Cómo se diagnostica?

No toda alucinación visual en una persona con problemas de visión debe atribuirse automáticamente al síndrome de Charles Bonnet. El diagnóstico requiere una valoración clínica cuidadosa.

El médico debe investigar qué tipo de imágenes aparecen, con qué frecuencia, cuánto duran, qué relación tienen con la pérdida visual y si la persona conserva la capacidad de reconocerlas como irreales. También debe valorar la memoria, la orientación, el estado de conciencia y la presencia de otros síntomas neurológicos o psiquiátricos.

La evaluación oftalmológica es fundamental para determinar la causa y el grado de pérdida visual. Cuando la presentación es atípica —por ejemplo, si existen alteraciones neurológicas, pérdida de conciencia, confusión, cambios cognitivos importantes o alucinaciones auditivas asociadas— puede ser necesario realizar una evaluación neurológica y estudios adicionales. Entre los diagnósticos diferenciales se encuentran epilepsia occipital, migraña con aura, efectos de medicamentos, delirium, enfermedades neurodegenerativas y trastornos psiquiátricos.

El síndrome de Charles Bonnet revela hasta qué punto la percepción es una construcción activa del cerebro. No vemos simplemente lo que llega a nuestros ojos: el cerebro interpreta, organiza y completa continuamente la información visual. [R](#)

SOMERA

Sociedad Mexicana de Radioterapeutas

18 AL 21 DE NOVIEMBRE
SHERATON MARIA ISABEL, CDMX



XXII CONGRESO NACIONAL E INTERNACIONAL SOMERA 2026



SMO
SOCIEDAD MEXICANA DE ONCOLOGIA, A.C.

**Federación Mexicana de
Medicina Nuclear e
Imagen Molecular A.C.**



18 AL 21 DE NOVIEMBRE
SHERATON MARIA ISABEL, CDMX

Regístrate en: somera2026.jsm.mx

www.somera.org.mx



Huamantla:

donde la fiesta, el arte y la tradición nunca duermen

Por Hedy Hernández

En el oriente de Tlaxcala, al pie del majestuoso volcán La Malinche, existe una ciudad donde la historia, la fe, el arte popular y la fiesta se mezclan hasta convertir sus calles en un escenario vivo. Huamantla, reconocida como Pueblo Mágico de México, es uno de esos destinos que no se conocen de verdad con una visita apresurada. Hay que caminarla, mirar sus fachadas, entrar en sus iglesias y museos, probar su cocina y, si se tiene la oportunidad de visitarla en agosto, vivir una de sus celebraciones más extraordinarias: la Huamantlada y la Noche que Nadie Duerme.

Huamantla significa, en náhuatl, “lugar de árboles formados o juntos”. Su historia se remonta a tiempos prehispánicos y posteriormente quedó marcada por el periodo virreinal, las haciendas agrícolas y ganaderas y una profunda tradición religiosa. Todo ello permanece visible en su arquitectura, sus fiestas, sus artesanías y en la manera en que sus habitantes conservan costumbres transmitidas de generación en generación.

Un paseo por el corazón de Huamantla

El centro histórico es el mejor punto para comenzar el recorrido. Sus calles guardan construcciones de diferentes épocas y una arquitectura que revela la influencia europea que llegó a la ciudad, particularmente en algunas edificaciones de inspiración francesa. Fachadas, balcones, portones y detalles ornamentales conviven con construcciones de carácter colonial y con la arquitectura religiosa que forma parte esencial de la identidad huamantleca, como la Parroquia de San Luis Obispo, dedicada al santo patrono de la ciudad.

Al recorrer sus alrededores se descubre una ciudad donde las ermitas, capillas y templos aparecen como pequeñas piezas de un gran mapa espiritual.

Gantena[®]

(Rosuvastatina)



El hipolipemiante de elección
que ofrece **eficacia y seguridad.** ⁽¹⁾



Gantena[®]

▶ **Disminuye el
colesterol VLDL y LDL ⁽¹⁾**

LDL
↓

▶ **Aumenta el
colesterol HDL ⁽¹⁾**

↑
HDL



GANT-01AT-25
NO. DE ENTRADA: 2511032002C00051

BIBLIOGRAFÍA:
1. Paola Rubba, Gennaro Marotta, Marco Gentile. Efficacy and Safety of Rosuvastatine in the Management of Dyslipidemia. Vascular Health and Risk Management 2009;5 343-352.

Revisar IPP:



Olix

Senosiain[®]

Sus museos: una tradición que cobra vida

Huamantla posee además un patrimonio cultural singular: el teatro de títeres. En el **Museo Nacional del Títere**, conocido como MUNATI, se conserva una colección que permite descubrir la historia de este arte y su relación con la ciudad.

El museo recuerda especialmente a la familia Rosete Aranda, cuyos títeres alcanzaron fama nacional e internacional. Sus pequeñas figuras representan personajes, oficios, escenas populares y momentos de la vida cotidiana, y permiten comprender por qué Huamantla es considerada una de las grandes capitales mexicanas del arte titiritero.

Otro espacio indispensable es el **Museo Taurino**, que permite aproximarse a la estrecha relación de Huamantla con la fiesta brava. Fotografías, carteles, objetos y testimonios explican la importancia que la tauromaquia ha tenido en la vida cultural de la ciudad.

La montaña que vigila Huamantla

El paisaje huamantleco está inseparablemente unido a La Malinche, también conocida como Matlalcueye. Parte del territorio municipal se encuentra dentro del entorno del Parque Nacional La Malinche, una de las grandes áreas naturales protegidas de la región.

El volcán La Malinche, con una altitud cercana a los 4,460 metros sobre el nivel del mar, es uno de los volcanes más altos de México. Su silueta acompaña permanentemente a Huamantla y constituye uno de sus grandes símbolos naturales.



El mundo de las haciendas

La historia de Huamantla tampoco puede entenderse sin sus haciendas. Durante siglos, estas grandes propiedades agrícolas y ganaderas fueron fundamentales para la economía regional y dejaron una huella profunda en el paisaje.

Entre las más conocidas se encuentran la **Hacienda Soltepec** que es uno de los espacios emblemáticos por su arquitectura estilo castillo medieval. La **Hacienda Tenexac** con su construcción del siglo XVIII; la **Hacienda San Francisco Tecuac** y la **Hacienda San Diego Baquedano** que con sus instalaciones evocan la época en que las haciendas constituían auténticos centros productivos, con extensos terrenos dedicados a la agricultura y la ganadería.

Algunas de estas construcciones han sido restauradas y convertidas en hoteles, espacios gastronómicos o sitios para eventos, conservando parte de su arquitectura y de su atmósfera histórica.

Artesanía: hojas, barro y manos creadoras

El trabajo manual mantiene vivas técnicas y materiales que forman parte de la cultura popular de Tlaxcala.

El papel amate es una de las expresiones artesanales que pueden encontrarse en la región. Elaborado a partir de fibras vegetales, este material tiene profundas raíces en las



BEST OF ASCO®

OFFICIALLY LICENSED

13.ª EDICIÓN · CIUDAD DE MÉXICO

UN ÉXITO QUE CONECTÓ A MÉXICO

20 Y 21 DE AGOSTO DE 2026 | MODALIDAD HÍBRIDA

+40

PROFESORES

+10

COORDINADORES

20

MÓDULOS

+300

PRESENCIALES

+3,890 CONEXIONES DIGITALES

2,000 plataforma institucional | 1,890 Medical RP

14

PUNTOS CMO

13

PUNTOS RADIOTERAPIA

CIENCIA, COLABORACIÓN Y CENTRICIDAD EN EL PACIENTE

La decimotercera edición de Best of ASCO® Ciudad de México reunió a especialistas de todo el país para revisar los avances más relevantes de la oncología mundial. A través de 20 módulos académicos, profesores y coordinadores integraron evidencia, experiencia clínica y una visión multidisciplinaria centrada en el paciente. La modalidad híbrida amplió el acceso al conocimiento y conectó a la comunidad médica dentro y fuera del recinto. Por su calidad científica, convocatoria y alcance, el encuentro se consolidó como uno de los referentes de educación médica continua más relevantes de Latinoamérica.

EL ÚNICO PROGRAMA EN MÉXICO CON LICENCIA OFICIAL DE ASCO®

CON EL ENDORSEMENT DE

SMeO · SOMERA · SMFM · CMO · CMCR · ALHAKIM

Sociedades médicas, consejos de recertificación y comunidad multidisciplinaria

POWERED BY **MRP**
WWW.CONGRESOSMPR.NET

MEDICAL RESEARCH & PHARMA



culturas originarias de México y se utiliza para crear piezas decorativas y artísticas.

También destaca el barro rojo, trabajado por artesanos que convierten la tierra en objetos utilitarios y ornamentales. Cada pieza conserva las huellas del proceso manual: moldear, secar, cocer y, en ocasiones, decorar.

Otro material característico es el totemoxtle, la hoja seca que envuelve la mazorca de maíz. En manos de los artesanos puede transformarse en figuras, muñecas, flores, animales y diversos objetos decorativos. El totemoxtle tiene además un significado especial porque recuerda la relación fundamental entre el maíz y las culturas de México.

Una gastronomía que sabe a Tlaxcala

Su gastronomía es uno de los grandes atractivos del destino y conserva sabores profundamente relacionados con la cocina tradicional tlaxcalteca.

Entre los platillos más representativos está el mole de matama, preparación de gran importancia dentro de la cocina local. Su sabor complejo y especiado es resultado de la combinación de ingredientes y técnicas transmitidas por generaciones.

También forma parte de la tradición gastronómica el atole agrio, bebida de origen indígena que sorprende por su sabor característico. Como ocurre con muchas preparaciones tradicionales, detrás de cada receta existe una historia de familia, comunidad y territorio.

La cocina huamantleca se completa con productos derivados del maíz, semillas, chiles, hierbas y otros ingredientes que forman parte de la despensa tradicional del Altiplano.

La Huamantlada: adrenalina y tradición

En el calendario festivo también ocupa un lugar central la Huamantlada, celebración taurina que reúne a miles de personas. Durante este festejo, toros recorren un circuito acondicionado en las calles, mientras los participantes buscan ponerse a prueba frente a los animales.

La fiesta transforma la ciudad: las calles se llenan, los balcones se convierten en lugares privilegiados para observar y la música acompaña una jornada marcada por la emoción.

Pero si existe una fecha en la que Huamantla se transforma por completo, es durante el último sábado de agosto, a las 12:00 del día, cuando la ciudad celebra sus grandes fiestas en honor de la Virgen de la Caridad.



NUEVO

DAPOSAR®

Dapagliflozina



Nuevo Despertar Normoglicemiante

- 🔥 Eficaz Reducción de HbA1c por 24 horas ¹
- 🔥 Disminuye el Peso Corporal ^{1, 2, 4}
- 🔥 Reduce el riesgo de Albuminuria ^{1, 2, 4}
- 🔥 Disminuye la Presión Arterial ^{1, 2, 4}

Cómoda dosificación



Referencias Bibliográficas; 1. N. Maksud y cols Dapagliflozina: Una nueva esperanza para el tratamiento terapéutico de la diabetes mellitus tipo 2. *European Journal of Medicinal Chemistry Reports* 11 (2024) 100167 2. IPPA, información para prescribir amplia de Daposar® 3. Pyñeiro Garza E., Estudio de Bioequivalencia Dapagliflozina 10 mg (DAPOSAR®) 4. E. Han y cols Características de los pacientes que responden al tratamiento con dapagliflozina: Estudio longitudinal, prospectivo y nacional de vigilancia de la dapagliflozina en Corea. *Diabetes Ther* (2018) 9:1689–1701

Reporte las sospechas de reacción adversa al correo:
farmacovigilancia@liomont.com.mx o en la página de internet: www.liomont.com.mx

INFORMACIÓN EXCLUSIVA PARA EL PROFESIONAL DE LA SALUD
Daposar® Tabletas 10mg Reg. Núm. 093M2025 SSA IV
Aviso de Publicidad No. 2509072002C00036

Unidad **cardiometabólica**



Daposar®



Descargue la IPP



La llamada **Noche que nadie duerme** es una de las celebraciones religiosas y culturales más hermosas de México. Durante toda la noche anterior al inicio del festival, las calles se convierten en un gigantesco lienzo. Sobre el suelo se trazan diseños geométricos, religiosos y florales mediante miles de pétalos, semillas, aserrín y otros elementos cuidadosamente colocados. La tradición alcanza aproximadamente seis kilómetros de calles y constituye una de las manifestaciones de arte efímero más impresionantes de México.

El resultado es espectacular y tiene una vida muy breve: después de la procesión en que la imagen de la Virgen de la Caridad recorre las calles, el paso de la gente y el tiempo destruyen aquello que durante horas fue creado con paciencia, todo desaparece.

Se llama “la noche que nadie duerme” porque, literalmente, la ciudad permanece despierta haciendo honores a la Virgen.

Las celebraciones incluyen también el **Desfile de la dalia**, una de las estampas más coloridas de la temporada. Carros



alegóricos, música, flores, danzantes y personajes recorren las calles en una celebración que rinde homenaje a la flor nacional de México.

La dalia, con sus múltiples formas y colores, encuentra en Huamantla un escenario ideal. El desfile combina tradición, creatividad y participación comunitaria y convierte a la ciudad en un enorme espectáculo al aire libre.

A esto se suman los conciertos y presentaciones del **Foro del Artista**, que complementan la agenda festiva con música y espectáculos para distintos públicos. Así, durante la temporada de feria, Huamantla pasa de ser una ciudad histórica a convertirse en un gran escenario cultural.

Huamantla, una ciudad para vivirla

Huamantla ofrece mucho más que una fiesta. Es una ciudad en la que conviven la arquitectura histórica y la montaña, las haciendas y las ermitas, los museos y las artesanías, la cocina tradicional y las grandes celebraciones populares.

Pero si el viaje coincide con las fiestas de agosto, la experiencia cambia por completo. Entonces hay que prepararse para una ciudad de flores, semillas, música, devoción, toros, carros alegóricos, artesanos y miles de personas en las calles.

Cuando llega agosto y cae la noche, Huamantla demuestra por qué tiene un lugar especial entre los grandes destinos culturales de México. Las calles se iluminan, las flores se convierten en alfombras, la música llena las plazas y la devoción reúne a generaciones enteras. Entonces sucede lo que el nombre de la celebración promete: en Huamantla, durante una noche, nadie duerme. *R*

El tratamiento que *Sí* harías



Arrugas

Marcas y cicatrices de acné

Tonalidades de la piel

Telangiectasias (venas rojas)

Envejecimiento

Poros dilatados

Daño solar

Líneas de expresión

Flacidez

Rosácea

Celulitis

Estrías



SCARLET[®] SRF
Volumetric Tightening

Devuelve la salud a tu piel

Nueva herramienta busca identificar quién tiene mayor riesgo por obesidad

Por Redacción Relax

El índice de masa corporal (IMC) ha sido, durante décadas, una de las principales medidas para clasificar el sobrepeso y la obesidad. Sin embargo, investigadores de la Universidad Queen Mary de Londres y del Instituto de Salud de Berlín desarrollaron **OBSCORE**, una nueva herramienta que busca determinar con mayor precisión qué personas con sobrepeso u obesidad tienen mayor riesgo de desarrollar complicaciones relacionadas con estas condiciones. El modelo fue presentado en un estudio publicado en *Nature Medicine*, en abril de 2026.

Para desarrollar OBSCORE, los investigadores analizaron información de 197,264 adultos del UK Biobank, con un IMC de, al menos, 27 kg/m². Mediante técnicas de aprendizaje automático, examinaron más de 2,300 características relacionadas con salud, estilo de vida, composición corporal, enfermedades, análisis de sangre y otros parámetros. Identificaron 20 indicadores que, combinados, permitían estimar el riesgo futuro de desarrollar 18 complicaciones relacionadas con la obesidad.

Entre los parámetros utilizados, se encuentran la edad, el sexo, la relación cintura-estatura, hipertensión, colesterol total, colesterol HDL, hemoglobina glucosilada (HbA1c), alanina aminotransferasa, creatinina, cistatina C, ácido úrico y tabaquismo, además de otros indicadores clínicos. De esta manera, **OBSCORE no se limita al peso y la estatura, sino que incorpora información sobre el estado general de salud y diferentes factores metabólicos y cardiovasculares.**

Uno de los hallazgos más importantes fue que **personas con un IMC similar podían presentar riesgos muy diferentes.** Al comparar al 20 % de participantes con las puntuaciones de riesgo más altas con el 20 % de menor riesgo, OBSCORE encontró diferencias importantes en la probabilidad de desarrollar varias enfermedades. Para algunas complicaciones, las diferencias fueron superiores a diez veces; en el caso de la enfermedad renal crónica, llegaron a 89 veces; y para la diabetes tipo 2, a 42 veces.

El modelo también mostró que **el IMC por sí solo puede pasar por alto a algunas personas con un riesgo elevado.** Entre el grupo con las puntuaciones más altas, una proporción importante tenía sobrepeso, pero no obesidad según el IMC. Esto sugiere que el riesgo de desarrollar complicaciones relacionadas con la obesidad no siempre aumenta de manera proporcional a la cifra que aparece en la báscula.

OBSCORE fue además evaluado en poblaciones independientes para comprobar si sus resultados podían reproducirse fuera del grupo utilizado para desarrollarlo. Los investigadores encontraron un desempeño consistente en diferentes poblaciones y concluyeron que la herramienta puede aportar información adicional a la proporcionada por el IMC.

Por ahora, **OBSCORE no sustituye al IMC ni constituye un nuevo diagnóstico de obesidad.** Los propios investigadores señalan que todavía sería necesario evaluar su implementación en la práctica clínica y determinar su utilidad y costo-efectividad mediante estudios adicionales. Su posible utilidad estaría en ayudar a los profesionales de la salud a identificar de manera más individualizada quiénes presentan mayor riesgo y, por tanto, podrían necesitar una vigilancia o intervención más intensiva. *R*



NUEVAS
PRESENTACIONES

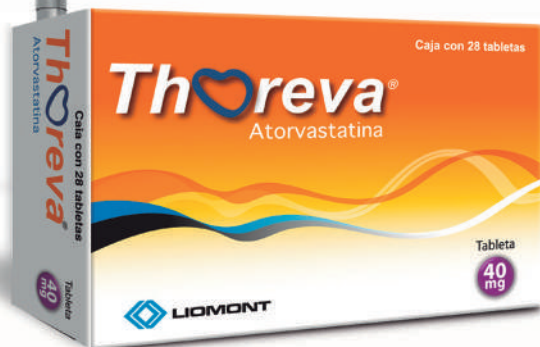
Thoreva®

Atorvastatina

MES
a
MES

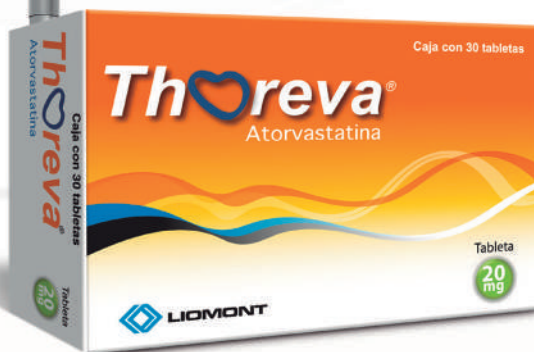
40
mg

Caja con 28 tab.



20
mg

Caja con 30 tab.



Amplia gama de presentaciones

80
mg

Caja con 30 tab.

20
mg

Caja con 30 y 60 tab.

40
mg

Caja con 28 y 56 tab.

10
mg

Caja con 60 tab.

1 vez
al día¹

El Camino Correcto en Dislipidemias

Referencias: 1. Información Para Prescribir Thoreva®

Thoreva® Tabletas Reg. Núm. 224M2011 SSAIV

Clave de almacén: 8840009 I'23

Aviso de publicidad No: 233300202X0503

Reporte las sospechas de reacción adversa al correo: farmacovigilancia@liomont.com.mx o en la página de internet: www.liomont.com.mx

INFORMACIÓN EXCLUSIVA PARA PROFESIONAL DE LA SALUD



EMPRESA
SOCIALMENTE
RESPONSABLE





Por Cinthya Tovar

Erling Braut Haaland, delantero noruego del Manchester City se ha convertido en una de las grandes figuras del fútbol mundial, pero no sólo por su habilidad dentro de la cancha de juego, sino, también, por sus nobles acciones hacia su comunidad y sus seguidores.

Nació en Leeds, Inglaterra, el 21 de julio del año 2000, pero su historia personal está profundamente ligada a Bryne, una pequeña localidad del suroeste de Noruega, en el municipio de Time, en la región de Jæren, provincia de Rogaland, donde creció y comenzó a construir el camino que lo llevaría a convertirse en uno de los delanteros más reconocidos del fútbol mundial.

Midazolam bucal

RESCAMID®

al rescate de las crisis epilépticas¹

INNOVACIÓN



Solución **2.5 mg**

6 meses < 1 año³

Solución **5.0 mg**

1 año < 5 años³

Solución **7.5 mg**

5 años < 10 años³

Solución **10 mg**

10 años < 18 años³

En crisis epilépticas... cada minuto cuenta²

Referencias: 1 - Scott LJ, Lyseng-Williamson KA, Garnock-Jones KP. Oromucosal midazolam: a guide to its use in paediatric patients with prolonged acute convulsive seizures. CNS Drugs. 2012;26(10):893-7. 2 - González Hermosa A. Estatus epiléptico. En: Sociedad Española de Urgencias de Pediatría (SEUP). Protocolos diagnósticos y terapéuticos en urgencias de pediatría. 4ª ed. Bilbao: SEUP; 2024. 3. Información para prescribir Amplia Rescamid. Para uso exclusivo del profesional de la salud. Si su paciente presenta alguna reacción adversa a nuestros productos favor de comunicarlo a: FarmacovigilanciaMx@exeltis.com
No. De Registro: 043M2025 SSA II Permiso COFEPRIS. 2615112002C00590

 **Exeltis®**
Rethinking healthcare

Su familia regresó a Noruega cuando él era pequeño y fue en aquella comunidad donde comenzó a desarrollar su carrera futbolística y donde estableció una relación que todavía mantiene con su localidad y con el club que marcó sus primeros años. El propio Bryne FK identifica al delantero como una de las figuras más importantes surgidas de su estructura de formación y ha reconocido públicamente la importancia de su antiguo jugador.

Esa relación con sus raíces adquirió una nueva dimensión en 2026. En marzo de este año, se conoció que Haaland donó, a su municipio de Time, un manuscrito del siglo XVI lleno de sagas vikingas canónicas.

Él y su padre, Alf-Inge Haaland, adquirieron el ejemplar impreso de un libro histórico, de 1594, del que sobreviven muy pocas ediciones. Se trata del *Heimskringla* –conocido como “Crónica de los reyes nórdicos”–, en una versión traducida por Mattis Størssøn a partir de la obra original escrita por el historiador y escritor islandés Snorri Sturluson, en 1225, que es un conjunto de sagas nórdicas redactadas en nórdico antiguo. La obra fue comprada por 1.3 millones de coronas noruegas en una subasta (aproximadamente 134 mil dólares), una cifra que Reuters describió como un récord nacional para la venta de un libro.

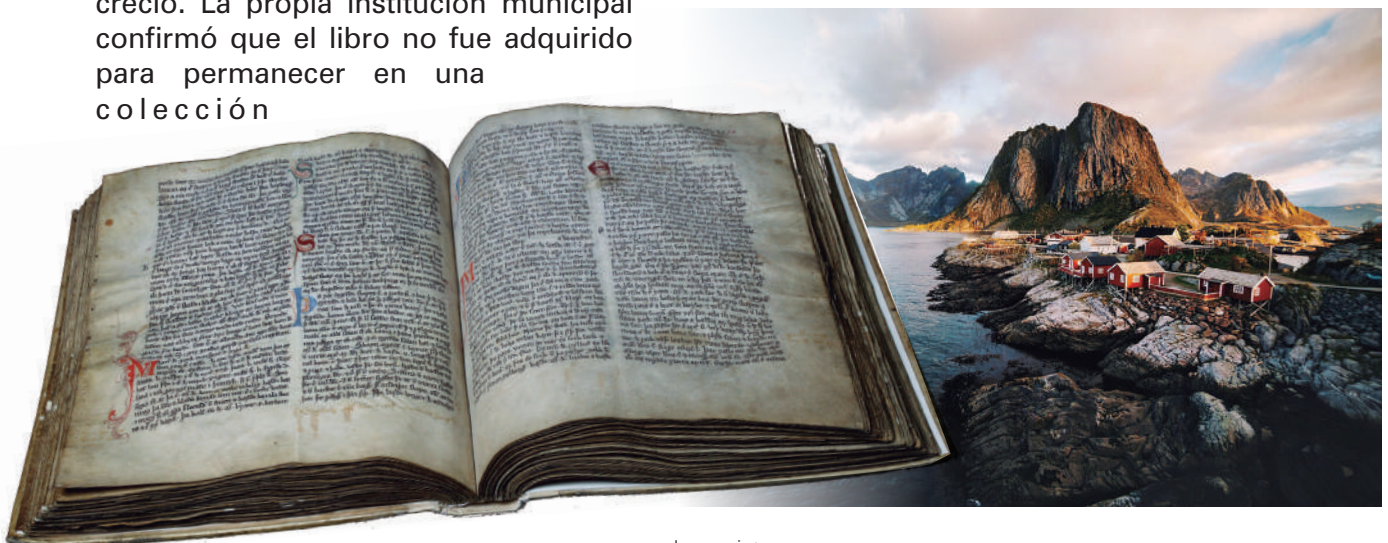
Haaland decidió entregar el ejemplar al municipio de Time, con la condición de que permaneciera expuesto y disponible para el público, en la biblioteca de Bryne, la localidad en la que creció. La propia institución municipal confirmó que el libro no fue adquirido para permanecer en una colección

privada, sino para que pudiera ser disfrutado por la población y por quienes visiten el lugar.

La decisión convierte una adquisición privada de enorme valor histórico en un patrimonio accesible para la comunidad. Según Time kommune, la fundación EH9, junto con el municipio y la biblioteca, colaborará para garantizar que la obra pueda ser exhibida en condiciones adecuadas y permanecer disponible para habitantes y visitantes.

El vínculo de Haaland con Bryne es particularmente significativo porque el pequeño municipio noruego fue el escenario de sus primeros pasos. Allí entrenaba cuando todavía era un niño y allí comenzó a construir las habilidades que posteriormente lo llevarían al fútbol profesional. El propio Haaland ha hablado en distintas ocasiones de la importancia que tuvo Bryne en su formación. Por eso, la donación de un libro de más de cuatro siglos de antigüedad adquiere un valor que va más allá de su precio. Haaland podría haber conservado la pieza como parte de una colección privada; en cambio, decidió que permaneciera en su localidad y pudiera ser consultada y contemplada por otras personas. Time kommune confirmó expresamente que esa fue la condición planteada por el futbolista al entregar la obra.

Hay algo simbólico en esa decisión. Un futbolista cuya vida profesional transcurre entre estadios internacionales, grandes contratos y millones de espectadores decidió que una pieza de enorme valor histórico debía regresar a la



Lodestar-duo®

Losartán + Amlodipino

↪ Doble eficacia antihipertensiva
Doble órganoprotección^{1,2} ↩

Cómoda dosificación:
una sola toma al día



Reg. Núm. 079M2018 SSA IV

Favorece el apego
al tratamiento

La pareja antihipertensiva para toda la vida

Bibliografía;

1. Martell M. Mecanismo de acción de las distintas familias de antihipertensivos. Diabetes Práctica 2016;07(Supl Extr 2):23-8.

2. Basile J. Critical appraisal of amlodipine and olmesartan medoxomil fixed-dose combination in achieving blood pressure goals. Integr Blood Press Control 2010;3:91-104.

Aviso de publicidad No. 193300202C3249

IPP LODESTAR-DUO®



comunidad que forma parte de su historia personal. El gesto también tiene una dimensión educativa. La iniciativa contempla un proyecto de lectura para estudiantes de la zona, de manera que la presencia del antiguo libro sea una oportunidad para acercar a los jóvenes a la lectura y a la historia noruega.

Antes de la biblioteca, estuvieron los clubes

Pero la generosidad de Haaland hacia su entorno no comenzó con esta pieza histórica. En 2021, cuando todavía militaba en el Borussia Dortmund, en Alemania, el delantero decidió donar los premios económicos que había recibido por sus actuaciones con

la selección noruega a tres clubes de su país: Rosseland BK, Bryne FK y Grorud IL.

El gesto tenía un significado especial porque no eligió grandes instituciones del fútbol internacional, sino a algunos clubes vinculados con sus propias raíces y con la formación de futbolistas. El Rosseland BK, de categorías inferiores del fútbol noruego, tenía, además, una conexión familiar, ya que había sido el último club noruego en el que jugó su padre, Alf-Inge Haaland. El Bryne FK era el lugar donde Erling había comenzado a formarse como jugador, mientras que el Grorud IL también contaba con una importante labor de desarrollo de jóvenes talentos.

La acción fue especialmente simbólica porque los premios procedían de reconocimientos individuales obtenidos por Haaland con la selección. En lugar de conservarlos, decidió convertirlos en un beneficio para instituciones que trabajan con futbolistas y comunidades lejos de los grandes reflectores del fútbol europeo.

Su relación con Bryne tampoco quedó limitada a aquella donación. En 2023, Haaland volvió a tener un gesto con los

niños de su localidad natal mediante la entrega de equipamiento deportivo para jóvenes futbolistas. La relación entre el jugador y la comunidad continúa siendo visible y ha sido destacada también por medios internacionales que han visitado Bryne. *The Guardian* señaló en 2026 que Haaland mantiene su vínculo con la comunidad de Bryne y ha contribuido, entre otras iniciativas, con material deportivo para los niños de la localidad.

Un ejemplo más allá del fútbol

En el deporte de élite, las historias suelen medirse en goles, títulos, contratos, seguidores y récords. La de Haaland también contiene todos esos elementos, pero sus acciones fuera de la cancha muestran otra manera de entender el éxito. En tiempos en los que el éxito deportivo suele asociarse con la acumulación y la exposición, Haaland ofrece una imagen distinta, una mirada de alguien que utiliza parte de lo que ha conseguido para fortalecer espacios que fueron importantes en su propia historia.

Tal vez esa sea la arista más humana de su trayectoria. Sus goles explican buena parte de la notoriedad mundial de Erling Haaland. Sus récords explican por qué ocupa un lugar entre los grandes delanteros de su generación. Pero gestos como donar premios a clubes de menor dimensión o entregar una pieza bibliográfica excepcional a una biblioteca permiten conocer otra dimensión del futbolista: la noble y la altruista. *R*



Tiazopir®

NUEVO

menos dosis, mayor acción

Dexrabeprazol es el
isómero R+ de Rabeprazol

Es un inhibidor de la bomba
de protones (inhibición específica
de la enzima $H^+K^+ATPasa$)



- > **Úlcera** gástrica
- > **Úlcera duodenal** activa
- > Enfermedad por reflujo gastroesofágico (**ERGE**) sintomática erosiva o ulcerativa ⁽¹⁾

Dosis:
1 tableta de
liberación retardada
de 10 mg

1 vez al día

TIAZO-01A-24

NO. DE ENTRADA: 2511032002C00002

BIBLIOGRAFÍA:

1. Abdo-Francis JM, Cabrera-Alvarez G, Martínez-Torres H, Remes-Troche JM. Efficacy and safety comparative study of dexrabeprazole vs. esomeprazole for the treatment of gastroesophageal reflux disease. *Gac Med Mex.* 2022;158(6):423-429. English. doi:10.24875/GMM.M22000722. PMID: 36657136
2. Pai V, Pai N. Randomized, double-blind, comparative study of dexrabeprazole 10 mg versus rabeprazole 20 mg in the treatment of gastroesophageal reflux disease. *World J Gastroenterol.* 2007 Aug 14;13(30):4100-2. doi:10.3748/wjg.v13.i30.4100. PMID: 17696229; PMCID: PMC4205312.

Revisar IPP:



Cetus®

Senosiain®

El ave que duerme



mientras vuela

Por Redacción Relax

Volar y dormir al mismo tiempo es una habilidad que sólo las fragatas grandes (*Fregata minor*) tienen. Estas aves pueden pasar varios días en el aire sin posarse sobre el agua, recorriendo distancias de hasta unos 3 mil kilómetros. Tienen patas poco adaptadas para posarse en el agua y un plumaje con poca impermeabilización, por lo que permanecer en vuelo resulta fundamental durante sus desplazamientos y búsqueda de alimento. ¿Cómo descansan, entonces?

Investigadores demostraron que estas aves marinas pueden dormir mientras permanecen en el aire durante sus largos recorridos sobre el océano. El descubrimiento fue posible gracias a pequeños dispositivos que registraron la actividad eléctrica de sus cerebros mientras volaban, proporcionando la primera evidencia neurofisiológica directa de sueño durante el vuelo en aves.

Los registros mostraron que podían dormir utilizando un solo hemisferio cerebral mientras el otro permanecía activo, un fenómeno conocido como **sueño unihemisférico**. De esta manera, una parte del cerebro podía entrar en sueño mientras la otra permanecía despierta. Los investigadores observaron, además, que, durante determinados momentos, las aves podían dormir simultáneamente con ambos hemisferios.

El sueño unihemisférico parecía tener una función especialmente útil durante el vuelo. Las fragatas dormían principalmente mientras planeaban o describían círculos aprovechando las corrientes ascendentes de aire. Cuando dormían con un hemisferio, el ojo correspondiente al hemisferio que permanecía despierto quedaba orientado hacia la dirección del vuelo, lo que sugiere que podían conservar cierta vigilancia mientras descansaban.

Sin embargo, las fragatas no pasan sus viajes durmiendo plácidamente. De hecho, duermen muchísimo menos durante el vuelo que cuando están en tierra. Los investigadores calcularon que, durante sus vuelos, dormían apenas 0.69 horas al día, aproximadamente 41 minutos, frente a las cerca de 13 horas diarias que podían dormir después de regresar a tierra. El sueño durante el vuelo también era más breve, fragmentado y menos profundo.

Las fragatas pueden reducir drásticamente su sueño durante los vuelos y, aun así, mantener las capacidades necesarias para orientarse, aprovechar las corrientes de aire y buscar alimento. Una estrategia extraordinaria que permite a estas aves afrontar jornadas enteras sobre el océano sin necesidad de tocar tierra. **R**

El Dulce Sabor de tu Ausencia



Una novela de Gabriela Villazón



María Inés y Francisco se conocen desde jóvenes, y, al crecer, anhelan casarse, pero se enfrentan a la negativa del padre de ella. Su amor y el apoyo de su madre permiten que lleguen al altar, para culminar su historia de amor.

El tiempo pasa... nadie preparó a María Inés para lo que iba a vivir. De pronto, las cosas sucedieron, y, sin esperarlo, ella se encontró atravesando su momento más difícil.

¿Podrá el amor alimentarse solamente de la esperanza del regreso?

¿Perderá la fe en Francisco? ¿Lograrán los sabores evocar la historia de una vida?

El dulce sabor de tu ausencia es una novela romántica, profundamente emotiva, que mezcla el dolor de la pérdida, la esperanza del amor y la magia de los sabores de la cocina.



**En venta en Amazon y
Librerías El Sótano.**

Disponible en español e inglés.



Pediculosis en el inicio escolar

La pediculosis, conocida como infestación de piojos, es una de las afecciones más frecuentes al inicio del ciclo escolar.

Consciente de la importancia de proteger la salud infantil, Armstrong Laboratorios de México, empresa comprometida con la niñez mexicana, ofrece soluciones prácticas para la infestación por piojos y refuerza la relevancia de la prevención dentro de la rutina escolar. Bajo la marca **Herklin®**, sus productos actúan formando una barrera protectora que evita que los piojos se adhieran y se desarrollen, reduciendo significativamente el riesgo de contagio y brindando tranquilidad a las familias.

Hedy Hernández



Soluciones innovadoras para la salud

Innovación médica amplía opciones para aneurismas cerebrales

Lev Beth Medical presentó **WEB™ (Woven EndoBridge)**, una tecnología desarrollada para el tratamiento endovascular de aneurismas intracraneales de cuello ancho localizados en bifurcaciones arteriales, una de las anatomías de mayor complejidad para los especialistas.

El dispositivo se coloca completamente dentro del aneurisma para modificar el flujo sanguíneo y favorecer su exclusión de la circulación, buscando preservar las arterias vecinas. Su diseño ofrece una alternativa terapéutica para pacientes cuidadosamente seleccionados por equipos especializados en neurointervencionismo y representa una evolución en el abordaje de aneurismas de cuello ancho.

Hedy Hernández



Evolucionando Contigo

Regreso a clases con diabetes

La American Diabetes Association recomienda compartir información con la escuela para facilitar que docentes y personal autorizado sepan cómo actuar ante una hipoglucemia o hiperglucemia, cuándo es necesario medir la glucosa y qué hacer si el alumno requiere insulina o glucagón.

Hay que explicar qué tipo de diabetes tiene el estudiante, cuáles son sus síntomas habituales cuando la glucosa sube o baja y dónde se encuentran los insumos que podría necesitar durante el horario escolar.

Conviene incluir en la mochila un glucómetro o el dispositivo que utilice para monitorear la glucosa, tiras reactivas o sensores, lancetas, insulina si corresponde, una fuente de carbohidratos de acción rápida para tratar una hipoglucemia y los teléfonos de contacto en caso de emergencia. Tener todo disponible evita improvisaciones cuando cada minuto cuenta.

Herramientas como los glucómetros **CONTOUR®**, de Ascensia Diabetes Care, ofrecen resultados precisos y sencillos de obtener, lo que facilita que las familias puedan confirmar sus mediciones cuando sea necesario y acompañar el manejo diario de la diabetes con mayor tranquilidad. Su uso siempre debe formar parte del plan de tratamiento indicado por el profesional de la salud.

Hedy Hernández



Cada vez más jóvenes están en riesgo de ver afectada su audición

Cada vez es más frecuente que adolescentes y adultos jóvenes presenten alteraciones en su capacidad para escuchar como consecuencia de la exposición constante a sonidos de alta intensidad.

Conciertos, festivales, videojuegos, salas de cine y el uso prolongado de auriculares forman parte de la rutina de millones de personas. Aunque estas actividades se asocian con el entretenimiento, también representan una fuente importante de exposición al ruido extremo. MED-EL, líder en soluciones médicas auditivas, señala que mientras una conversación cotidiana alcanza alrededor de los 60 decibeles (dB), un concierto puede llegar hasta los 140 dB, y escuchar música por encima de los 85 dB durante periodos prolongados incrementa el riesgo de afectar las células del oído interno.

Los profesionales de la salud recomiendan acudir con un especialista cuando se presentan síntomas como:

- Zumbido en uno o ambos oídos (tinnitus).
- Pedir con frecuencia que repitan palabras o conversaciones.
- Disminución temporal de la audición tras la exposición a sonidos intensos.
- Sensación persistente de oído tapado.
- Hipersensibilidad a determinados sonidos.
- Dolor de cabeza.
- Náuseas.
- Dificultad para seguir conversaciones en el salón de clases, reuniones o lugares concurridos.
- Secreción o sangrado en el oído.

Hedy Hernández

Oksen[®]

OK EN HIPERTENSIÓN

Eficacia clínica en HIPERTENSIÓN.
Telmisartán 80mg
+ Hidroclorotiazida 12.5 mg

A diferencia de otras combinaciones similares, **disminuye en forma adicional la presión arterial sistólica y diastólica** hasta: 2.9 y 1.9 mmHg respectivamente. ⁽¹⁾



ALCANZANDO LAS CIFRAS META.



UNICA CÁPSULA DE CONTENIDO LÍQUIDO

OKSE-01AT-25
NO. DE ENTRADA: 2511032002C00070

BIBLIOGRAFÍA:

1. Takagi h, Mizuno Y, Goto SN, Umemoto T: A meta-analysis of randomized head-to-head trials of telmisartan versus other angiotensin II receptor blocker in combination with hydrochlorothiazide for reduction of blood pressure. Int J Cardiol. 2013 Sep 10; 167(6): 3062-5 Doi: 10.1016/j.ijcard.2012.11.081.Epub 2012 Nov 28.

Revisar IPP:





FDA



**ÚNICA COMBINACIÓN
AUTORIZADA**

Para el manejo de la
náusea y vómito durante
el embarazo.



**Festomar NO PRODUCE
efectos adversos** sobre el
desarrollo de la gestación ni
tampoco sobre la salud del
feto ni recién nacido.

2 cápsulas al momento de acostarse,
máximo 4 cápsulas al día



FEST-01A-22
NO. DE ENTRADA: 223300202C9842

Revisar IPP:



Senosiain®