



MOTU CORDIS

INSTITUTO NACIONAL DE CARDIOLOGÍA "IGNACIO CHÁVEZ"

MAYO - JUNIO 2017 | AÑO 2 - NÚMERO 9



*Las bebidas endulzadas
y el daño renal*

*Medición de la calidad
del cuidado enfermero*

Evipress®
Protección cardiovascular continua



En el manejo de la **hipertensión arterial**,
Evipress le brinda la eficacia y tolerancia
deseadas.



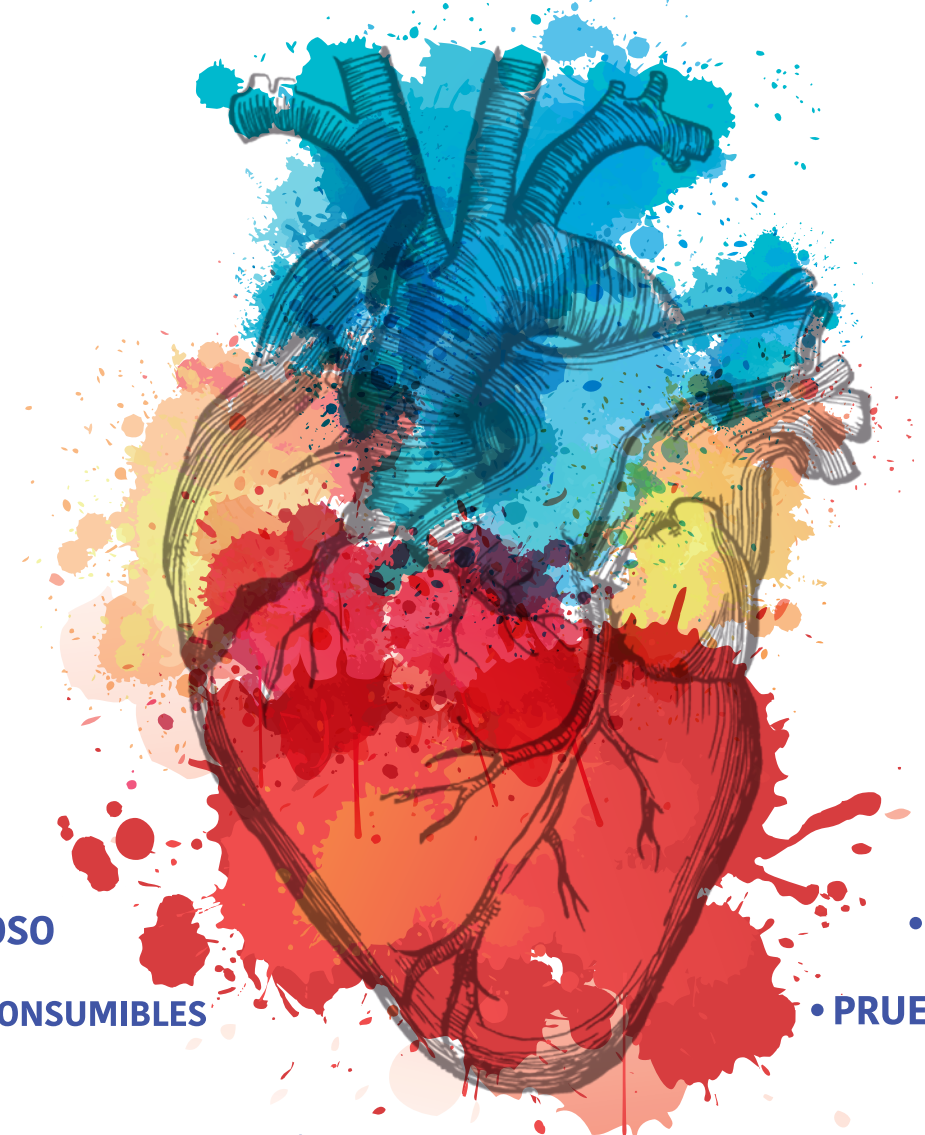
Senosiain®

EVIP-01/A-12



SiBim

SERVICIO E INTEGRACIÓN BIOMÉDICA
DE MÉXICO S. A. DE C. V.



- HOLTER
- MAPA
- ECG EN REPOSO
- ESPIROMETRÍA
- ACCESORIOS Y CONSUMIBLES
- PRUEBA DE ESFUERZO

Tu aliado
en cardiología.



Ciudad de México

Tejocotes No.202, 1er piso,
Col. Del Valle CP. 03100
Ciudad de México.
(55) 5524 5997 / 01800 8001000

Morelia

Av. Acueducto No. 1170 2º piso,
oficina 14, Col. Chapultepec Nte,
Morelia, Mich.
0144 3340 5065 / 01800 6707 976

Guadalajara

Av. Mariano Otero #880
Col. Jardines del Bosque CP. 44502
Guadalajara, Jalisco. Entre: universo
y cauda. 013318140461



www.sibimsa.mx

Directiva

Dr. Marco Antonio Martínez Ríos | DIRECCIÓN GENERAL
 Dr. Jorge Gaspar Hernández | DIRECCIÓN MÉDICA
 Dr. Jesús Vargas Barrón | DIRECCIÓN DE INVESTIGACIÓN
 Dr. Juan Verdejo París | DIRECCIÓN DE ENSEÑANZA
 Mtra. Sandra Sonali Olvera Arreola | DIRECCIÓN DE ENFERMERÍA
 Lic. Armando Acevedo Valadez | DIRECCIÓN DE ADMINISTRACIÓN

Comité Editorial

Dr. Jesús Antonio González-Hermosillo González | DIRECTOR EDITORIAL
 Mtra. Adriana Salazar Juárez | COEDITORIA
 Lic. José Luis Hernández Tlapala | EDITOR ADJUNTO
 Lic. Claudia María Ruiz Rabasa | ASISTENTE EDITORIAL
 Jessica Guzmán | REPORTERA
 Ignacio Salazar | FOTOGRAFÍA
 M.Cs. Berenice Torruco | CUIDADO EDITORIAL
 Lic. Francisco Cervantes | DISEÑO EDITORIAL
 Gabriela S. Llanos | DIRECTORA DE COMERCIALIZACIÓN

Coordinadores de secciones

Contenido

Dr. Jesús Antonio González-Hermosillo González EDITORIAL	EDITORIAL DR. JESÚS ANTONIO GONZÁLEZ-HERMOSILLO GONZÁLEZ	07
Dr. Enrique López Mora / Lic. José Luis Hernández Tlapala PERSONAJES	EL DR. CARLOS POSADAS ROMERO: UNA VIDA DE INVESTIGACIÓN Y SERVICIO DR. ENRIQUE LÓPEZ MORA	08
Lic. José Luis Hernández Tlapala NUESTRA HISTORIA	CLEMENTE ROBLES, PIONERO DE LA CIRUGÍA CARDIOVASCULAR L.A. JOSÉ LUIS HERNÁNDEZ Tlapala	10
Dr. Hermes Ilarrazza Lomelí ¿SABÍAS QUE...?	INVIERTE EN TU SALUD: GUÍA PRÁCTICA PARA PONERTE EN FORMA LIC. MARÍA DOLORES RIUS SUÁREZ	12
Mtra. Liliana López Flores HUMANISMO Y CIENCIA EN ENFERMERÍA	MEDICIÓN DE LA CALIDAD DEL CUIDADO ENFERMERO MTRO. NOÉ SÁNCHEZ CISNEROS	14
Dr. Oscar Calvillo Arguelles LA VISIÓN DEL RESIDENTE	EL TABLERO DE LA RESIDENCIA MÉDICA DR. GONZALO CARAZO VARGAS	16
Dr. Oscar Pérez Méndez INVESTIGACIÓN DE VANGUARDIA	LAS BEBIDAS ENDULZADAS Y EL DAÑO RENAL DRA. LAURA GABRIELA SÁNCHEZ LOZADA	18
Dr. Enrique López Mora EL QUEHACER DEL EXPERTO	LA IMPORTANCIA DE LA PROTECCIÓN CIVIL LIC. MARIO SOLIS CASTRO	20
Mtra. Norma Elia González LA LABOR POR CONVICCIÓN	UNA VISITA POR LA BIBLIOTECA DR. ALFREDO DE MICHELI BIOL. MARIO FLAVIO FUENTES INIESTRA, MARY CARMEN OLIVARES ROLDAN	22
Dr. Raúl Izaguirre Ávila ARTE Y CULTURA	JUAN RULFO EL SOÑADOR DE LA VIDA, LA MUERTE Y EL TIEMPO DR. ENRIQUE LÓPEZ MORA	24
Dr. Jesús Antonio González-Hermosillo González COLUMNA INVITADA	UN CUENTO FINAL: UN PASAJE DE MI VIDA Y DE MI MUERTE... (SEGUNDA PARTE) DR. VÍCTOR DÍAZ DE LA VEGA	26
Lic. EEE Claudia María Ruiz Rabasa NUESTRA GENTE	PINTURA DONADA POR EMILIA CHAILO DR. MANUEL SIERRA	28

XXX Congreso Mexicano de Cardiología

Guadalajara, Jalisco

del 02 al 05 Noviembre

"A 120 AÑOS DEL NATALICIO DEL FUNDADOR
IGNACIO CHÁVEZ"

2017

REALIZAMOS

Revistas especializadas

Revistas institucionales

Libros

Boletines

Catálogos

Manuales

Gacetas

Brouchures



EDITORIAL

Autor: **Dr. Jesús Antonio González-Hermosillo González**

Nuestro Instituto se forja día a día, con el objetivo de ofrecer un servicio de calidad a nuestros pacientes y estimular a todos sus miembros a ser cada vez mejores en su área. Sin olvidarnos, que desde su creación, en 1944, se ha distinguido por agrupar conocimiento, ciencia, arte y humanismo.

En esta ocasión, nuestra portada de mayo-junio coincide con los meses en que se festeja el día de la madre y el día del padre, razón por la que decidimos dedicárselas.



Las presentes páginas son un reflejo de la labor que realizamos a diario. Desde un reconocimiento a médicos que han dedicado su vida a la cardiología, como es el Dr. Carlos Posadas Romero; consejos prácticos para ponerse en forma, hasta la importancia de protección civil en caso de cualquier contingencia.

Se cuenta con tópicos interesantes como la calidad en los servicios de enfermería, los cuales se miden mediante tres tipos de indicadores que según su enfoque, pueden ser de: proceso, resultado y estructura. También, contamos con temas culturales que nos llevan de visitar a la Biblioteca Dr. Alfredo de Micheli y a una nueva obra pictórica que se suma a nuestras paredes.

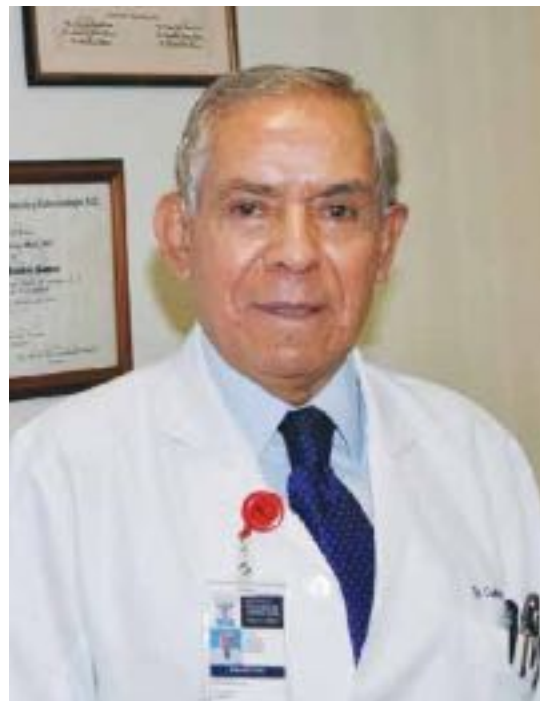
Quiero compartir con ustedes la alegría de que cada vez más lectores nos siguen a través de las redes sociales desde diferentes partes de México y el extranjero.

Sirva este esfuerzo editorial para mostrar una parte de las actividades que realiza nuestro querido Instituto. Sean bienvenidos nuevamente a nuestras páginas. ♥

EL DR. CARLOS POSADAS ROMERO: UNA VIDA DE INVESTIGACIÓN Y SERVICIO

Autor: Dr. Enrique López Mora

Una de las tareas fundamentales de la actividad humana es la obtención de conocimientos que permitan solucionar problemas y mejorar la calidad de vida. La medicina y muchas ciencias afines persiguen entre otros, ese mismo fin. Para ello se requieren hombres que sean poseedores de una notable curiosidad científica, disciplina y amor por la humanidad. Todas estas cualidades y muchas otras más, forman parte de la personalidad del Dr. Carlos Posadas Romero, quien nació en el Distrito Federal el 26 de septiembre de 1940. Es hijo de Don Enrique Posadas Marín y de Doña Lidia Romero Martínez. Entre sus familiares no hubo ningún médico, pero sí ejemplos de vida al servicio de los demás, como el de su hermano mayor quien se dedicó a la vida sacerdotal y la del Ingeniero químico Luis Torres quien ayudaba desinteresadamente a los miembros de su parroquia a través de la enseñanza de distintos temas, la consejería y el apoyo frente a diversos problemas de la vida cotidiana.



El Dr. Posadas estudió la educación primaria en la escuela Carlos A. Carrillo y la secundaria y preparatoria en el plantel de iniciación universitaria de la Prepa 2 de la UNAM. Cursó la carrera de medicina, en nuestra máxima casa de estudios, entre los años de 1958 y 1963. Su internado de pregrado lo realizó en la ciudad de Monterrey su servicio social en los campamentos de Pemex de Nuevo León y Tamaulipas. Su formación de postgrado en Endocrinología, la

realizó en el antiguo hospital Colonias, (dependiente de Ferrocarriles Nacionales de México) y en la ciudad de Ann Harbor, Michigan a donde lo acompañó su esposa, la Dra. Rosalinda Sánchez Laparade. Con ella procreó dos hijas: Rosalinda y Diana. Siguiendo el ejemplo de su padre Rosalinda se dedicó a la investigación después de estudiar químico farmacobiólogo y una maestría en esa área y Diana es

ahora Doctora en Psicología. Ellas hicieron crecer la familia, ya que hoy el Dr. Posadas es abuelo de seis nietos. El desempeño del Dr. Posadas durante su estancia en el extranjero fue muy notable. Se destacó académicamente y fueron muchos sus logros, los cuales, fueron reconocidos por sus maestros y jefes de servicio. De hecho el Dr. Posadas conserva entre sus objetos más preciados las cartas de dos de sus formadores: el Dr. James A. Blair y la Dra. Daisy Macan. Sin embargo, nunca olvidó a su familia ni a su país. Recordaba los gratos momentos que pasó durante sus visitas al lugar de origen de sus padres, el ambiente rural, el río, las cosechas, los juegos infantiles, las pláticas, los paseos.

Deseaba poder servir a las personas y lo logró con creces ya que no sólo orientó a muchas familias sobre temas de salud sino que contribuyó a conseguir diversas mejoras en los servicios públicos, como la introducción de la energía eléctrica en dicho lugar. Siempre mantuvo el deseo de hacer investigación y al mismo tiempo ejercer la medicina con el más amplio profesionalismo. Nos cuenta que admiraba las historias vertidas en el célebre libro "Los cazadores de microbios" e inspirado en dicho relato, anhelaba convertirse en un científico cuya actividad pudiera contribuir a generar las condiciones necesarias para controlar las causas y los efectos de la enfermedad. El Dr. Posadas es además un gran jugador de billar. Disfrutaba de participar en pequeñas reuniones en donde todos puedan comunicarse con libertad y enterarse de diversos temas que formen parte de un acervo global. Es un gran conocedor de la cultura y política mexicanas y ha expresado siempre el deseo de que, en México impere la igualdad y la apertura.

El dice que "si no se acepta la crítica no se puede crecer". Muchas de sus frases revelan su carácter noble y perseverante así como su gran bonhomía: "No importa si eres cargador, médico o filósofo, actúa y haz las cosas que te lleven a ser feliz"; "La investigación es una actividad que enaltece y que hace progresar a las sociedades, ya que contribuye a que se logren cambios que el país y las instituciones requieren para su mejor desempeño"; "El de-



sarrollo de la investigación científica médica en México necesita de un impulso mayor. Esto debe conducirnos a ser no únicamente eco sino voz"; Y por último, la que a mi juicio es la más importante: "creo que estoy razonablemente satisfecho y muy feliz". He tenido el privilegio de conocer y escuchar con atención, en múltiples charlas, al Dr. Carlos Posadas y siempre me ha impresionado por ser un hombre cercano, idealista, limpio, transparente y con una honradez intelectual pocas veces vista. Siempre dispuesto a compartir su gran experiencia y conocimiento erudito en muchos temas así como impulsar incondicionalmente a los más jóvenes.

Muchos de sus alumnos, amigos y familiares dan testimonio de ello. Todo esto lo ha llevado a convertirse en una figura de trascendencia nacional e internacional pero sobre todo, en una de las personalidades que son indispensables para la humanidad en su conjunto. Sirvan estas breves y sencillas líneas para rendirle un merecido homenaje, pero más que ello, para expresarle nuestro más amplio y sentido agradecimiento. ♥

INVIERTE EN TU SALUD: GUÍA PRÁCTICA PARA PONERTE EN FORMA

SEGUNDA PARTE

Autor: **María Dolores Rius Suárez**
Licenciada en Fisioterapia

- **Elasticidad.** En los ejercicios de estiramiento, debes sostener la posición por lo menos 15 segundos, así lograrás cambiar la estructura muscular y sea efectivo. El movimiento debe ser suave, no doloroso y trata de no rebotar, ya que el músculo se puede lastimar. La respiración también la debes de controlar durante estos ejercicios, debe ser lenta y profunda. Los músculos que debes estirar, son principalmente, aquellos que trabajaste durante la sesión. Si los sabes realizar adecuadamente, tu cuerpo te lo agradecerá. Es importante no confundir calentar con estirar. El estiramiento debe realizarse al finalizar el ejercicio, ya que de hacerlo *en frío* puedes lesionar los músculos (ver figura 2).
- El **equilibrio** es necesario para mantener una buena postura y evitar caídas. Puedes comenzar por realizar cambios de posición (de sentado a parado) hasta mantener el equilibrio sobre un solo pie por 30 segundos. Estos ejercicios brindaran gran estabilidad en el cuerpo (ver figura 3).

Un ejemplo para un ejercicio de elasticidad, se puede apreciar en la figura 2, es un estiramiento del músculo cuádriceps. La posición inicial es de pie, se toma el pie con la mano del mismo lado y se mantiene esta posición por 15 segundos.



Figura 2. Estiramiento de cuádriceps.



Para estimular el equilibrio, se puede incrementar el tiempo del apoyo sobre un solo pie. Siempre tratando de mantener la estabilidad lo mejor que se pueda.

Figura 3. Ejercicio de equilibrio.

De preferencia se recomienda realizar estos ejercicios frente a un espejo, para corregir así tu postura y evitar lastimarte.

FRECUENCIA DEL EJERCICIO

El ejercicio aeróbico se debe realizar diariamente, aunque puedes descansar un día a la semana. El ejercicio de fortalecimiento ayuda a la salud muscular y se recomienda que los realices de dos a tres veces por semana. Evita hacer ejercicio antes de dormir para que puedas conciliar el sueño más fácil.

INTENSIDAD DEL EJERCICIO

Con una intensidad moderada serás capaz de seguir una conversación sin que se corte la respiración. Recuerda que el ejercicio debe ser agradable, no tienes que sobre-esforzarte.

ESTRUCTURA DE UNA RUTINA DE EJERCICIO

Cada vez que realices ejercicio, es necesario respetar tres fases:

- Calentamiento:** si comienzas a incrementar la intensidad del esfuerzo poco a poco, la temperatura de los músculos incrementará y así podrás prevenir lesiones. Además, preparas al cuerpo para un esfuerzo más intenso. La duración de esta fase es de 10 minutos.
- Fase principal:** esta fase es en la que trabajarás la base aeróbica y los ejercicios de fuerza, equilibrio y coordinación. La duración de esta fase la vas a ir incrementando poco a poco, puedes comenzar con 20 minutos.
- Enfriamiento:** logra la relajación muscular, después de la exigencia a la que los sometiste durante el ejercicio, es de suma importancia que no te saltes esta etapa. La duración de esta fase también es de 10 minutos. Si sientes mareo, dolor, desmayo o cualquier molestia al realizar el entrenamiento, te recomendamos que suspendas el ejercicio y acudas con el médico.

Antes de ejercitar debes evaluar las siguientes medidas de seguridad: no tener alguna enfermedad aguda como gripe, diarrea, fiebre o sentirte mal. Esperar por lo menos una hora y media después de comer. Se recomienda tener el equipo, la ropa y el calzado para ejercitar en buenas condiciones. No necesitas pagar por utilizar instalaciones deportivas, puedes ir a un parque o puedes utilizar las escaleras en vez del elevador.

El ejercicio se puede realizar en cualquier etapa de la vida. Para los niños el ejercicio consiste en juegos, actividades recreativas y ejercicio programado, con el objetivo de comenzar una vida activa en edades tempranas; mientras que, en las personas con edad avanzada existe un mayor riesgo de fracturas de cadera o vertebras, la práctica de ejercicio puede mejorar la estructura de los huesos y la masa muscular. Las personas inactivas pueden mejorar su salud solamente por realizar ejercicio.

Para mantener un estilo de vida cardiosaludable, no solamente tienes que seguir el programa de ejercicio, también se complementa con una dieta equilibrada, para lograr un equilibrio calórico y un peso saludable.

Recuerda que el movimiento es necesario para mantener un equilibrio en la salud, hasta el agua, si no se mueve, se estanca. ♥

EL TABLERO DE LA RESIDENCIA MÉDICA

Autor: **Dr. Gonzalo Carazo Vargas**
Residente de 2º año de cardiología

El ajedrez es un juego de estrategia que evoca a dos reinos en un campo de batalla, combina el arte (por la belleza de sus concepciones), la ciencia (por el cálculo sistemático y abstracto que implica) y el deporte (por la competitividad que encierra). Se ha considerado la representación de la arquetípica batalla entre el bien y el mal, aunque considero que tiene un significado más profundo y con gran similitud en ciertos aspectos de nuestra vida, específicamente la de residente.

En el tablero encontramos distintas piezas, las cuales se pueden equiparar como sigue:

Nosotros somos **el rey**, la pieza clave y más vistosa del tablero, es la que se resguarda o amenaza durante el juego y la que queda firme o inclinada al final de una partida. Al iniciar la residencia nos consideramos fuertes e infranqueables, animados por un nuevo obstáculo a vencer, pero a medida que avanza el tiempo nos damos cuenta de la limitación de nuestros movimientos (económico, familiar, etc.), que aunado a los señalamientos de compañeros y maestros, hicieron inclinar muchas veces nuestra figura de monarca.

Al lado del rey se encuentra la única pieza femenina del tablero, **la dama**, capaz de moverse en todas direcciones y sin límite de profundidad; es la pieza favorita de muchos, lo que no es de extrañar, ya que corresponde con esa persona que nos motiva a ser mejores en la residencia, la que nos genera alegría, preocupaciones o tranquilidad y, que muchas veces se sacrifica para salvaguardar a su rey.

El **caballo** es mi pieza favorita, su versatilidad es contundente para lograr la victoria, me recuerda al ingenio y creatividad que cada uno utiliza para sortear el obstáculo que aparentemente no tiene salida, su movimiento en "L" lo hace la pieza excelente para las posiciones cerradas, igual que el residente a punto de colapsar en una guardia caótica en temporada de exámenes.



El **alfil** es la única pieza que se ve obligada a ir por las casillas del mismo color y representa a la religión, inamovible y rígida con un ataque preciso, que por la vida acelerada que llevamos es difícil dedicarle el tiempo necesario a la parte espiritual, pero estoy seguro que todos recurrimos a ella en la atención de nuestros pacientes.

En los extremos del tablero se encuentran las **torres** que desde esa distancia protegen al monarca y, que en ocasiones, cuando lo ven vulnerable, lo abrazan y lo enrocan brindándole fortaleza y ofensiva al mismo tiempo; las torres emulan a nuestra familia que desde lejos vela por nosotros y aparece cuando más se necesita.

El **peón** se considera la pieza más débil y de menor valor, pero es la que se encuentra en mayor número y, aunque en la mayoría de

las partidas es la primera pieza en sacrificar, he de resaltar que me recuerda a todos mis amigos, avanzando en una sola dirección (hacia adelante), alentando a conseguir nuestros deseos y aspiraciones y, en caso de que uno de ellos arribe a la octava fila tiene la característica especial de convertirse en la pieza que desee, siendo el héroe de muchas partidas y por tanto, copartícipe de nuestros logros.

Ahora, con todo lo anterior la pieza del rey pareciera demasiado débil, con lo que coincido quizás al inicio del juego, pero conforme éste adquiere la experiencia de victorias y derrotas, se va fortaleciendo y en compañía del resto de las piezas se arriesgará las partidas necesarias hasta conseguir su objetivo.

Es así como a veces se me figura la residencia médica, un tablero de ajedrez donde todas las piezas del tablero son claves para que al final del día, semana, mes o año, seamos el monarca que permanezca de pie. ♥

LAS BEBIDAS ENDULZADAS Y EL DAÑO RENAL

Autor: **Dra. Laura Gabriela Sánchez Lozada**

Investigadora en Ciencias Médicas, Laboratorio de Fisiopatología Renal, investigadora nacional nivel III



Dra. Laura Gabriela Sánchez Lozada.

El consumo de bebidas endulzadas como agua saborizada, refresco, jugo, café, té, entre otros, es un hábito que se ha consolidado en nuestro país, el cual ha sustituido beber agua pura o simple. Existe la tendencia de creer, que para calmar la sed, cualquier bebida puede proporcionar hidratación. Sin embargo, investigaciones recientes indican que esto no es verdad.

Más allá del contenido de agua, las bebidas endulzadas contienen grandes y variables cantidades de azúcares, principalmente, glucosa y fructosa (en forma de azúcar de mesa y jarabe de maíz alto en fructosa, con la finalidad de mejorar el sabor de dichos productos). Así, la ingesta de este tipo de bebidas ha ido en aumento, siendo México el principal consumidor de estos productos. Por ello, en nuestro laboratorio nos dimos a la tarea de estudiar los mecanismos probables de daño asociados a la ingesta de bebidas endulzadas, específicamente, sobre el daño renal crónico, problema de salud que ha alcanzado niveles epidémicos en nuestro país.

La glucosa y la fructosa son azúcares que proporcionan 4 KCal por gramo, pero cuyo metabolismo es muy diferente. La glucosa proporciona la energía necesaria para el organismo que también puede ser almacenada como glucógeno o como grasa. La ingesta de glucosa induce la secreción de insulina por el páncreas lo que permite que este azúcar sea captado por diversos tejidos y órganos que requieren de una fuente de energía fácilmente utilizable. La fructosa, por su parte es principalmente metabolizada a grasas y uno de los productos secundarios de su metabolismo es el ácido úrico. La fructosa a diferencia de la glucosa, no induce una secreción inmediata de insulina;

por ello, se recomendó su uso para personas con diabetes. Sin embargo, actualmente se sabe que la fructosa induce un aumento de triglicéridos e hiperuricemia, ambos mecanismos inducen a largo plazo resistencia a la acción de la insulina que es un mecanismo asociado al desarrollo de diabetes tipo 2.

Así, la fructosa es el único azúcar de la dieta que puede causar aumento de ácido úrico en sangre o hiperuricemia. A este respecto, existen evidencias en estudios con seres humanos que indican que la hiperuricemia no solo se asocia con el riesgo de padecer gota sino también con el desarrollo de la hipertensión arterial, la incidencia de la enfermedad renal crónica dependiente e independiente de la diabetes, la enfermedad renal aguda, la obesidad y el riesgo cardiovascular.

En nuestro laboratorio hemos estudiado los mecanismos biológicos por los que la fructosa y su producto derivado, el ácido úrico, producen daño. Mediante modelos experimentales encontramos que el aumento de ácido úrico induce un incremento marcado del estrés oxidante. Este efecto desencadena una serie de respuestas celulares que resultan en inflamación, síntesis y secreción de sustancias vasoconstrictoras, así como lesión en las arterias. A nivel renal, todas estas alteraciones resultan en disminución de la sangre que llega al riñón e hipertensión. A largo plazo estas alteraciones renales pueden resultar en pérdida de la función renal. De manera importante, cuando se administra alopurinol, que es un fármaco que evita la síntesis de ácido úrico secundario a la ingesta de fructosa, se previenen o mejoran las alteraciones antes descritas, lo que pone de manifiesto la importancia de los altos niveles de ácido úrico en el desarrollo de los cambios patológicos descritos. Es importante recalcar que dichos eventos patológicos requieren de concentraciones de ácido úrico consideradas a la fecha como "hiperuricemia asintomática" (>7.0 mg/dL en hombres y >6.5 mg/dL en mujeres premenopáusicas). Por

ahora, la única forma de tratar la hiperuricemia asintomática es mediante cambios en la dieta y no existen recomendaciones, basadas en estudios clínicos, que sugieran el uso del alopurinol en enfermedades distintas a la gota, ya que este fármaco puede producir reacciones adversas.

Recientemente, nuestros estudios experimentales han mostrado que la rehidratación con bebidas endulzadas en comparación con agua pura, tienen el efecto de perpetuar el estado de deshidratación. Así, la rehidratación con bebidas que contienen fructosa induce la secreción de la hormona vasopresina, la cual es secretada en condiciones de deshidratación. La activación constante de esta hormona también se asocia con daño renal y cardiovascular.

Es importante notar, que la frutas contienen fructosa, pero a diferencia de una bebida endulzada, está presente en una dosis menor y está combinada con otros nutrientes, como son la fibra y los antioxidantes, los cuales previenen los efectos deletéreos de la fructosa. Por otro lado, los jugos de fruta, sí presentan un efecto nocivo similar a las demás bebidas endulzadas, ya que contienen varias piezas de fruta en una sola porción, pero sin la fibra y en algunos casos sin los antioxidantes, ya que estos son muy sensibles al ambiente y la luz. ♥



De izquierda a derecha, abajo hacia arriba: Edilia Tapia, Gabriela Sánchez Lozada, Magdalena Cristóbal, Fernando García Arroyo, Itzel Muñoz, Octaviano Silverio, Mónica Blas Marrón, Guillermo Gonzaga.

LA IMPORTANCIA DE LA PROTECCIÓN CIVIL

Autor: Lic. Mario Solís Castro

En nuestro país la Protección Civil ha evolucionado rápidamente, siempre en busca de salvaguardar la integridad física de todos los habitantes de la nación. En este Instituto Nacional de Cardiología Ignacio Chávez, se ha

trabajado para fomentar una cultura de Protección Civil, un claro ejemplo es la instalación de alertas sísmicas, botiquines, adquisición de equipo de bomberos, camillas rígidas, cursos de capacitación con grupos de atención de



emergencia como los bomberos de Atizapán de Zaragoza, Estado de México, paramédicos de Cruz Roja Mexicana, y Secretaria de Seguridad Pública de la Ciudad de México, entre otros.

Cabe destacar que existe un programa denominado **Hospital Seguro**, lo cual implica que este Instituto debe permanecer accesible y funcionando a su máxima capacidad, es decir, con la misma estructura bajo una situación de emergencia o de desastre. De tal forma que, el área de Protección Civil de este Instituto en conjunto con el Comité Interno de Protección Civil y Hospital Seguro, así como los grupos de brigadistas voluntarios, han realizado esfuerzos para permanecer siempre alerta ante cualquier fenómeno perturbador como sismos, incendios, derrames de sustancias químicas peligrosas, fugas de gas, etcétera.

Debido a la diversidad de instalaciones en las áreas médicas y de investigación, así como en laboratorios, albergue, auditorio, escuela de enfermería y demás áreas que existen en el Instituto, están presentes un sinnúmero de riesgos que se deben gestionar para disminuir la vulnerabilidad y con ello, evitar daños a las personas o a los bienes.

Es menester destacar el profesionalismo y compromiso que han mostrado aquellas personas que son brigadistas voluntarios, Jefes de Edificios y Jefes Suplentes, ya que sin su colaboración y respaldo permanente nuestros pacientes no tendrían la garantía de estar protegidos en un Instituto Nacional de Salud como el nuestro.

El proyecto de Protección Civil se encuentra a cargo del Lic. Mario de Jesús Solís Castro y su auxiliar Oscar Ruiz Salgado, quien tras cuatro años a cargo del área, han procurado fomentar medidas de autoprotección en los compañeros del Instituto para disminuir las consecuencias de los riesgos con los que se vive día con día. Para lo cual, el Lic. Mario Solís se ha preparado con diversos cursos de capacitación y está acreditado por la Escuela Nacional de Protección Civil del CENAPRED, organismo dependiente de la Secretaría de Gobernación.

Asimismo, existe un **Comité Interno de Protección Civil y Hospital Seguro** presidido por el Dr. Juan Verdejo París, Director de Enseñanza, cuyo objetivo es tomar decisiones de relevancia tanto para garantizar el bienestar de pacientes, personal y visitantes de este Instituto, como para realizar las acciones pertinentes en casos de contingencia. ♥

UNA VISITA POR LA BIBLIOTECA DR. ALFREDO DE MICHELI

Autores: **Biol. Mario Flavio Fuentes Iniestra, Mary Carmen Olivares Roldan**

Contar con un espacio cultural y de conocimiento en el área cardiovascular donde se reúna todo un acervo de joyas bibliográficas es un or-



Espacios de lectura y consulta de la Biblioteca Dr. Alfredo de Micheli.

gullo institucional, razón que nos motiva a visitar la Biblioteca Dr. Alfredo de Micheli ya sea para consultar, investigar o conocer todo un catálogo de saberes que se encuentran reunidos en este lugar desde 1944, año en el cual fue planeado y creado el Departamento de Biblioteca por el Dr. Ignacio Chávez Sánchez, fundador de este Instituto, con la finalidad de proporcionar información pertinente y relevante para la difusión del conocimiento del área cardiovascular tanto en el ámbito nacional como internacional; cabe señalar, que en ese momento el espacio estaba destinado para el uso de los médicos, investigadores y estudiantes de medicina.

Sin embargo, con el paso de los años los líderes de nuestra Biblioteca; actualmente, a cargo del Biol. Mario Flavio Fuentes Iniestra, han adaptado los servicios a las nuevas demandas de los usuarios tanto internos como externos. Es decir, fue necesario modificar los horarios y servicios, con el propósito de mantener accesible el servicio para el público en general **“todos los días del año”**.



Acervo bibliográfico de la Biblioteca Dr. Alfredo de Micheli.

Actualmente, la población que visita la Biblioteca son: médicos, servidores públicos, alumnos, docentes, investigadores, residentes y público en general. Los servicios que ofrece el personal asignado a la Biblioteca se centra en el apoyo en actividades de investigación y docencia que realizan los usuarios en las diferentes áreas del Instituto; para ello, se utilizan diferentes fuentes de información, tales como: libros del área cardiovascular y ramas afines, publicaciones periódicas de revistas nacionales e internacionales, tesis desde el año 1886 hasta la fecha, un interesante acervo sobre Historia de la Medicina con libros que datan desde 1543, discos compactos y bases de datos.

Operativamente se ofrece el servicio de préstamo tanto de material bibliográfico como hemerográfico para su consulta en la sala de la Biblioteca, para llevarlo a su domicilio e incluso interbibliotecario, así como para el acceso a bases de datos especializadas y multidisciplinarias, búsqueda de información específica de artículos y citas a trabajos publicados, servicio de fotocopiado, servicio de internet e impresiones, además de ofrecer apoyo al personal de áreas de investigación y de docencia.

La opinión de los usuarios sobre el servicio de la Biblioteca es importante. Se cuenta con una página de Facebook donde se analizan los

comentarios y sugerencias para ofrecer un servicio profesional y de calidad. Considerando que su misión es ofrecer la mejor información que demanden sus usuarios en el menor tiempo posible, haciendo uso de las nuevas tecnologías de información y comunicación en beneficio de los pacientes, de las investigaciones clínicas, básicas y para apoyar los planes y programas de la enseñanza que el Instituto ofrece.

Hay tanto que resaltar de nuestra Biblioteca, pero nuestro interés a partir de estas líneas es invitar a toda la comunidad de cardiología a explorar todo el acervo de conocimientos que se reúne en este espacio y que se encuentran a disposición para consulta todos los días del año. El profesionalismo del personal adscrito al área es un elemento indispensable para el cuidado y conservación del conocimiento que en estos momentos, atraviesa una transición para utilizar el mejor medio posible y hacer que llegue a toda la población incluyendo a las futuras generaciones. **“Gracias por mantener un espacio de conocimiento y cultura accesible para la comunidad”.** ♥



Parte del equipo de la Biblioteca con el Dr. Alfredo de Micheli.

JUAN RULFO EL SOÑADOR DE LA VIDA, LA MUERTE Y EL TIEMPO

Autor: Dr. Enrique López Mora

El pasado 16 de mayo se cumplieron 100 años del natalicio de uno de nuestros más grandes escritores: Juan Rulfo. El nació en la casa familiar de Apulco, Jalisco, aunque fue registrado en la ciudad de Sayula, situada en el mismo estado.

San Gabriel que se alojaba ahí mismo durante los años de la guerra cristera. Se trasladó a Guadalajara, donde intentó inscribirse en la universidad, pero una huelga lo hizo imposible. También incursionó en el seminario local y finalmente en el colegio militar abandonando dichos recintos. Desempeñó diversos trabajos a lo largo de su vida tales como vendedor de neumáticos, oficial quinto en la representación de la secretaría de gobernación en Jalisco, asesor del Instituto Nacional Indigenista y finalmente decidió emigrar a la ciudad de México donde acudió como oyente a las clases de la carrera de derecho y a la cátedra de historia del arte dependiente de la facultad de filosofía y letras de la Universidad Nacional.

Se enamoró profundamente de una joven llamada Clara Aparicio, con quien más tarde contraería matrimonio. A ella le escribe una importante serie de cartas, celosamente guardadas, profundas de figuras literarias y que se publicarían muchos años después (*Aire de las colinas. Cartas a Clara*, México 2000). Su carácter ha sido descrito como taciturno, melancólico, reflexivo y autocrítico. A partir de 1945 comenzó a publicar sus cuentos en la revista *"América"* editada en la ciudad de México y *"Pan"* de Guadalajara. En 1952 obtuvo una beca por dos períodos consecutivos otorgada por el Centro Mexicano de Escritores. En el año de 1953 aparece *"El llano en llamas"* y en 1955 la novela que lo consagró para siempre como una



figura internacional: *"Pedro Páramo"*. Cabe hacer mención que el contexto histórico de Rulfo se encuentra situado al final de la revolución mexicana. Le tocó vivir las graves consecuencias de ese conflicto armado así como las de la guerra cristera. En sus relatos resalta la violencia cotidiana, la desesperanza y la decepción del pueblo, la pobreza del ambiente rural y la carencia de transformaciones y justicia social que habían sido deseadas por sus contemporáneos y prometidas por los gobiernos emanados de las filas de la revolución. De hecho sus escritos dan por terminado el ciclo idílico del movimiento de 1910 y enfrentan al lector con la sensación de soledad que queda en el ambiente.

Sus escritos están basados en esa realidad, pero se mezclan con un universo imaginario de pensamientos, soliloquios y fantasía mágica donde la muerte enriquece y perpetúa la trascendencia de sus personajes. *"El llano en llamas"* agrupa una serie de 17 cuentos donde se observa la angustia por evitar la muerte (*"Diles que no me maten"*), la pobreza y

la enfermedad (*"Talpa"*), la desconexión entre autoridades y pobladores (*"El día del derrumbe"*), la necesidad de la emigración ante la miseria (*"Paso del norte"*) y otras muchas circunstancias del México de aquellos años que por desgracia no han sido superadas en el México de hoy. Su obra cumbre es sin duda *"Pedro Páramo"*, donde demuestra un estilo que nos hace oír a los personajes sin un tiempo lineal. Los muertos hablan, recuerdan, se reconocen, aparecen y se funden con los vivos en un presente olvidado y atemporal. Esta obra le valió el reconocimiento y admiración de muchos escritores de talla internacional como Jorge Luis Borges, Carlos Fuentes, Gabriel García Márquez y una larga lista de figuras de las letras. Juan Rulfo también produjo guiones y adaptaciones para el cine, destacando una película basada en uno de sus últimos textos *"El gallo de oro"*. La película *"El rincón de las vírgenes"* dirigida por Alberto Isaac en 1972 está basada en los cuentos *"Anacleto Morones"* y *"El día del derrumbe"* incluidos originalmente en *"El llano en llamas"*. Poco se conoce de la obra de Rulfo como fotógrafo. En ella se observa una sensibilidad magistral por las imágenes del medio rural, ruinas, edificios, personajes, paisajes y desde luego contrastes.

Rulfo dejó más de 900 obras que han sido expuestas en fecha reciente. Aunque no disfrutaba de la fama y no gustaba de la vida pública recibió innumerables distinciones dentro de las que destacan el premio Xavier Villaurrutia (1956), el premio Nacional de Literatura (1970) y el premio Príncipe de Asturias (1983). Juan Rulfo falleció en la ciudad de México el 7 de Enero de 1986, pero su obra lo ha vuelto inmortal. Su estilo transformó las letras mexicanas y lo inscribió en el contexto de los grandes maestros de la literatura de todos los tiempos. ♥

PARA SABER MÁS:

- "El camino de Rulfo" Roberto García Bonilla en Nexos no. 473 mayo 2017.
- "El fotógrafo Rulfo". Fernanda Melchor en Letras Libres no. 221 mayo 2017.
- Juan Rulfo. Página oficial. Fundación Juan Rulfo. (juan-rulfo.com/fundación.htm)

OKSEN®

TELMISARTAN, HIDROCLOROTIAZIDA



FORMA FARMACÉUTICA Y FORMULACIÓN

Cada Cápsula contiene:		
Telmisartán	80	mg
Hidroclorotiazida	12.5	mg
Excipiente ctp	1	cápsula

INDICACIONES TERAPÉUTICAS

OKSEN® está indicado en el tratamiento de la hipertensión arterial cuando la monoterapia es insuficiente.

CONTRAINDICACIONES
Hipersensibilidad a los componentes de la fórmula, embarazo, lactancia, obstrucción biliar e insuficiencia hepática, insuficiencia renal grave, anuria, hipocalcemia refractaria, hipercalcemia, pacientes menores de 18 años de edad.

PRECAUCIONES GENERALES
Existe riesgo de hipotensión arterial e insuficiencia renal cuando los pacientes que presentan estenosis bilateral de la arteria renal, o bien estenosis de la arteria de un riñón funcional único, son tratados con fármacos que afectan al sistema renina-angiotensina-aldosterona.

En pacientes con insuficiencia renal se recomienda efectuar controles periódicos de los niveles plasmáticos de potasio y creatinina. En pacientes que presentan disminución del volumen plasmático o de la concentración de sodio en plasma debido a tratamiento diurético intensivo, dieta restrictiva en sal, diarrea o vómitos, puede presentarse hipotensión arterial. Por lo que deben corregirse estos trastornos antes de iniciar el tratamiento con OKSEN®. Al igual que con otros vasodilatadores se recomienda precaución en pacientes con estenosis de la válvula aórtica y mitral, cardiomiopatía obstructiva hipertrofica. No se recomienda su uso en pacientes con aldosteronismo primario. Pacientes con alteración de la función renal y/o insuficiencia cardíaca pueden presentar hipotensión arterial. Telmisartán se elimina por la bile, los pacientes con trastornos obstructivos biliares o insuficiencia hepática grave pueden presentar un retardo en su eliminación, OKSEN® al igual que con cualquier otro fármaco antihipertensivo, la disminución excesiva de la presión sanguínea en pacientes con cardiopatía isquémica o enfermedad cardiovascular isquémica puede producir infarto de miocardio o accidente cerebrovascular. No hay datos del uso de OKSEN® y manejo de vehículos o maquinaria; sin embargo, puede suceder mareo o somnolencia como resultado del tratamiento antihipertensivo.

RESTRICCIONES DE USO DURANTE EL EMBARZO Y LA LACTANCIA
No se administre durante el embarazo ni en el periodo de lactancia

REACCIONES SECUNDARIAS Y ADVERSAS
A dosis recomendada OKSEN® es bien tolerado sin embargo, se han descrito: sepsis, incluyendo desenlaces fatales, infecciones del tracto respiratorio superior, y del tracto urinario (incluso cistitis), anemia, trombocitopenia, eosinofilia, reacción anafiláctica, hipersensibilidad, hipercalcemia, ansiedad, insomnio y depresión, síncope (desvanecimiento), visión anormal, vértigo, bradicardia, taquicardia, hipotensión, hipotensión ortostática, disnea, dolor abdominal, diarrea, sequedad de boca, dispepsia, flatulencia, malestar estomacal, vómitos, función hepática anormal/trastornos hepáticos, angioedema, eczema, eritema, prurito, hiperhidrosis, urticaria, erupción producida por drogas, erupción tóxica, rash, también artralgia, dolor de espalda, espasmos musculares (calambres o dolor en las piernas o dolor en las extremidades (dolor de piernas), migraña, dolor en los tendones (síntomas tipo tendinitis), insuficiencia renal incluyendo falla renal aguda, dolor torácico, síntomas tipo gripe, astenia (debilidad).

INTERACCIONES MEDICAMENTOSAS Y DE OTRO GÉNERO
OKSEN® puede aumentar el efecto de otros antihipertensivos. En pacientes a quienes se coadministra digoxina se observó un aumento de 20% del promedio de los niveles plasmáticos (59%), por lo cual se aconseja monitorear y controlar los niveles plasmáticos de digoxina. En un estudio, la coadministración de telmisartán y ramipril llevaron al aumento de hasta 2.5 veces en el AUC₀₋₂₄ y C_{max} del ramipril y ramiprilato. Se ha reportado toxicidad y aumentos reversibles de la concentración plasmática de litio en caso de administración concomitante, coadministración con antagonistas de la angiotensina II, incluso con OKSEN®, se aconseja monitorear y controlar los niveles plasmáticos de litio. El tratamiento con antiinflamatorios no esteroides, AINEs, puede dar insuficiencia renal aguda en pacientes con deshidratación, por lo que se deben hidratar y monitorear la función renal al iniciar el tratamiento conjunto. Compuestos que actúan sobre el sistema renina-angiotensina, como telmisartán, pueden tener un efecto sinérgico. Se ha reportado una reducción del efecto antihipertensivo en drogas como telmisartán, durante el uso combinado con AINEs, por inhibición del efecto vasodilatador de las prostaglandinas. Puede aumentar el nivel de ácido úrico sérico. Con otros antihipertensivos puede tener efecto aditivo o potencializante de sus efectos. Probenecid o sulfonpirazona por el efecto hipurémico de las tiazidas puede disminuir su eficacia. Con relajantes musculares puede haber un aumento probable de la respuesta al relajante muscular. El uso concomitante de diuréticos ahorradores de potasio, suplementos de potasio, sustitutos de la sal a base de potasio u otros productos medicinales que pueden producir aumento del potasio (heparina, etcétera), pueden asociarse a un aumento en los niveles plasmáticos de potasio. Por esta razón, la administración de estos fármacos con telmisartán debe hacerse con prudencia.

PRECAUCIONES EN RELACIÓN CON EFECTOS DE CARCINOGENESIS, MUTAGENESIS, TERATOGENESIS Y SOBRE LA FERTILIDAD
No hay evidencia de efectos carcinogénicos, de mutagenicidad, ni teratogénicos, pero los estudios en animales indicaron peso corporal inferior, retraso en abrir los ojos, mortalidad más elevada. No hubo evidencia de actividad dastogénica.

DOSIS Y VÍA DE ADMINISTRACIÓN
Dosis: Oral. La dosis recomendada es una cápsula al día. No debe administrarse en pacientes con insuficiencia renal grave ni insuficiencia hepática, en pacientes con insuficiencia renal leve a moderada se sugiere monitorear la función renal. No hay experiencia en pacientes pediátricos y adolescentes, no se recomienda usar OKSEN® en niños menores de 18 años de edad.

MANIFESTACIONES Y MANEJO DE LA SOBREDOSIFICACIÓN O INGESTA ACCIDENTAL

No hay experiencia de sobredosificación con OKSEN® en humanos. Las manifestaciones de sobredosis con telmisartán fueron hipotensión y taquicardias, bradicardias. En este caso se recomienda en el manejo tratamiento de soporte.

PRESENTACIÓN
Cajas con 14 o 30 cápsulas de 80 mg/12.5 mg.

RECOMENDACIONES SOBRE EL ALMACENAMIENTO
Consérvese a no más de 25°C y en lugar seco.

LEYENDAS DE PROTECCIÓN
Literatura exclusiva para médicos.
Su venta requiere receta médica.
No se deje al alcance de los niños.
No se use en el embarazo, en la lactancia ni en niños menores de 18 años.
Reporte las sospechas de reacción adversa al correo: farmaco Vigilancia@sefopris.gob.mx

NOMBRE Y DOMICILIO DEL LABORATORIO
Laboratorios Senosiain S.A., de C.V.
Camino a San Luis No. 221
Ex Hacienda Santa Rita
C.P. 38137 Cd. Cuernavaca, Guanajuato, México
No. de Reg. 052M2015 SSA IV
NÚMERO DE ENTRADA: 63300202C462

UN CUENTO FINAL: UN PASAJE DE MI VIDA Y DE MI MUERTE...

SEGUNDA PARTE

Autor: Dr. Víctor Díaz de la Vega

Amigo Raúl, acuérdate del Chebo Manjarrez, la mejor persona de San Ignacio, y el Chevito que se tomó una bebida que quemó su esófago (sosa cáustica) porque creyó que era refresco o de las hermosas y sabrosas tunas de la región. Recuerda bien de la meza arriba en el campito, donde jugábamos fútbol en la noche, era obligado llevar a pasear a la novia, yo un día llevé a la mía, ¡claro que recuerdo Raulito! Del profe de la escuela que nos preguntó: ¿Médicos... qué tiene mi mujer? Nosotros le contestamos que un poquito de tuberculosis, acuérdate Raulito de tu Datsun Blanco, de como cuando llegaste con tu esposa y Angelito tu hijo, muy chiquito tomaba biberón, yo lo mecía para que se durmiera. Trae a la memoria a Doña Delfina Favela a quien dejaron vestida y alborotada, su familia la separó de Don Julián y la mandaron una temporada

a San Francisco, California, con unos parientes –acuérdate de Doña Rubén–, que hacía unos jamoncillos deliciosos o de su hermosa hija Ruth o cuando le picó el “bitache” a Doña Rubén a quien fue necesario inyectarle cortisona porque hizo espasmo de la glotis y se estaba muriendo. Acuérdate Raulito, cuando me agarré a trompadas con tres mandrines y a cadenas me los quité en el río, nos agarramos a golpes por la mujer más bonita de San Ignacio; me pelié, y hasta las orejas les mordí; el Cochi loco los mandó, me quería matar porque se quería quedar con ella –pero no pudo–, acuérdate Raulito, recuerda cuando platicábamos de: medicina, electrocardiografía, patologías vasculares, de los experimentos que hacíamos. Todos los días me acuerdo de mi pueblo de San Ignacio y puedo decir, con absoluta tranquilidad y comulgar con el poeta:

Vida....

Muy cerca de mi ocaso, yo te bendigo, vida, porque nunca me diste ni esperanza fallida, ni trabajos injustos, ni pena inmerecida; porque veo al final de mi rudo camino que yo fui el arquitecto de mi propio destino; que si extraje las mieles o la hiel de las cosas, fue porque en ellas puse hiel o mieles sabrosas: cuando planté rosales, coseché siempre rosas. ...Cierto, a mis lozanas va a seguir el invierno:

¡más tú no me dijiste que mayo fuese eterno! Hallé sin duda largas las noches de mis penas; más no me prometiste tan sólo noches buenas; y en cambio tuve algunas santamente serenas... Amé, fui amado, el Sol acarició mi faz.

¡Vida, nada me debes! ¡Vida, estamos en paz!

Imagen de hermosa sirena, de cabellos rubios, de ojos de miel con mezcla de verde de hojas de encinos, de labios rosas, curioso, no tenía escamas sino una piel delicada y suave –muy hermosa–, aleteaba y se contorneaba en forma pausada y sensual en el fondo del vado; se confundía con la arena de alfombra blanca y dorada, como muchos puntitos de oro, como pinole dorado y otras lucecitas rojas brillantes que se movían rápido por todos lados traviesos como luciérnagas marinas; eran lo ojitos de los cauques que nomás miraban como escribanos testigos de una historia de amor. Yo digo Raulito, que ahí me electrocuté, que cayó una centella en la roca del hondable y por el agua se desparramó hasta el fondo, se me paró todo el corazón ya no pude jalar por la tráquea para dar aire a mis pulmones –me morí–, caí muerto, me ahogué de felicidad; al otro día, me encontraron inerte en la orilla, río abajo cerca de Huaracha mis amigos los Lafarga con Rifles en mano M1, Mausers y 30-06 y otros lugareños, dieron testimonio de mi muerte, dijeron: que tenía una sonrisa de gran satisfacción, los brazos en forma de cruz pegados a mi pecho, mis labios se habían tornado de color azul con puntos blancos y en los ojos –entre los párpados y las pestañas– tenía restos de arena dorada; entre los dedos, empuñados, en ambas manos unos cuantos hermosos cabellos rubios, creo Raulito que me cambié de mundo, el choque eléctrico me envió a otra dimensión, me fui despolarizado o fulminado como potencial de acción a un agujero negro, a otra cadena helicoidal de ADN; a otra aurora boreal, como que me fugué a la estratósfera de los vientos de otras galaxias; más bien, creo que me quedé prendido y desparramado para siempre, en el mundo surrealista de San Ignacio. En el panteón tranquilo entre el Seminarista de los ojos negros (a mi derecha) y el Juancho (a mi izquierda), arriba en la cabeza descansa en paz “Chico Pelos”. Doña Lupe, mi viejita adorada que elaboraba el Cristo de Dalí para el Cerro de los Frailes, así descanso en santa paz, como encrucijado con la satisfacción y convicción de haber sido siempre leal conmigo mismo, y de haber hecho en todas las acciones de mi vida, el mayor y más grande de mis esfuerzos

en todo lo que hice. Muy de acuerdo con las enseñanzas que en casa de mis padres aprendí, acuérdate Raulito, acuérdate que nunca encontraron al Sherlock, siguió la vida en el pueblo; el gorgonio barrigón al aire, siguió encontrando “pachangas para el gollete”, decía ya borracho: de gollete “hasta un puñete”, el “Jujo” descamisado y con los pantalones “bonchis” de color caqui siguió “parchando” llantas. Los Bonilla con el camión verde, acarreando pasaje hacia Mazatlán. Gamboa, vadeando hasta Tayoltita; Ferreira hablando por radio; el Chevo trabajando en la huerta de mangos; César mandando cartas y telegramas; la Licha vendiendo penprocilinas de 400 y 800 mil unidades; Chavarín y su esposa, firmes en el abarrote vendiendo de todo hasta veneno para las ratas; Amado viejo sentado como horqueteado en la silla en la esquina frente al mercado; el Amadito pintando carros; la Gorruma dando las noticias sobresalientes; Doña Veneranda vestida de negro, caminando con dificultad y su rosario colgando rumbo a la Iglesia; mi compadre Chito en el abarrote fiándoles a los de Campanillas porque se secó “el frijol”; Delfina sacudiendo el tapanco y dándole comida a las gallinas; Chuy Manjarrez despachando en el abarrote; la Suegra del Amadito moliendo; la Toña vendiendo tortillas; el Bombás despachando medios kilos de a kilo; la mamá del párroco dispuesta a envenenar a otro Seminarista que está por llegar, ya compró la estricnina con Chavarín; el ruido de las bolas de billar chocando sin acertar; mis cuatitos que atendí de parto doble; los hijos del Profe, creciendo, a uno de ellos le pusieron Víctor y a la niña Orlenda u Ofelia; Imelda y la Vicky Vega platicando para poner un hostel; el Profe por las noches; el Secretito todavía canta en la ventana a las bellas mujeres de San Ignacio; Poncho el Fotógrafo y la Señora Coqui siguieron besándose en el rincón oscuro; en el callejón de subida, empedrado; de fondo musical, las ranas cantando en el río en consonancia con las viejas y tristes campanadas de la iglesia del destemplado reloj; en mis manos Raulito, aún bien sepultado donde veo y escucho todo, conservo aún entrelazados en los dedos, los hermosos cabellos rubios que tocan apenas la punta de mi corazón. ♥



Doctor,
ahora usted podrá contar
-dentro de su arsenal terapéutico-con:

PROARTCAR® Nitroprusiato de sodio

PROARTCAR® está indicado en:¹

- Reducción inmediata de la presión sanguínea en pacientes con crisis hipertensivas.¹
- Manejo de la insuficiencia cardíaca congestiva aguda.¹
- Inducción y mantenimiento de la hipotensión controlada, durante la cirugía, para la reducción del sangrado.¹

REFERENCIA: ¹. Laboratorios Ecar, S.A. IPPA Proartcar, 2016.

Dos reconocidas firmas farmacéuticas
se unen para hacer esto posible.

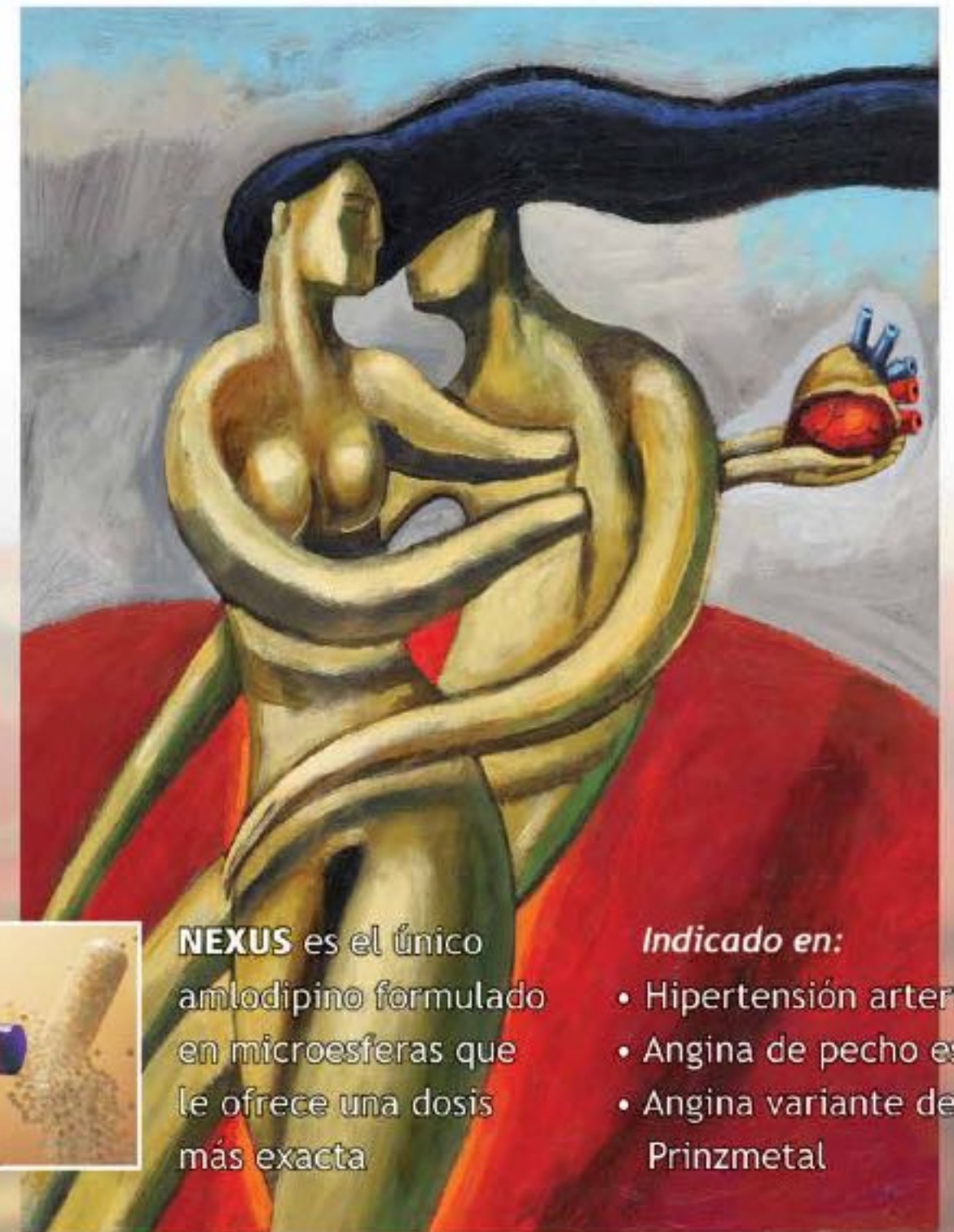


Número: 16330020C7038



ferrer


 **NEXUS**®
Alta selectividad vascular



NEXUS es el único
amlodipino formulado
en microesferas que
le ofrece una dosis
más exacta

Indicado en:

- Hipertensión arterial
- Angina de pecho estable
- Angina variante de Prinzmetal

 **IPAL**

Senosiain®

NUEVO



OKSEN®

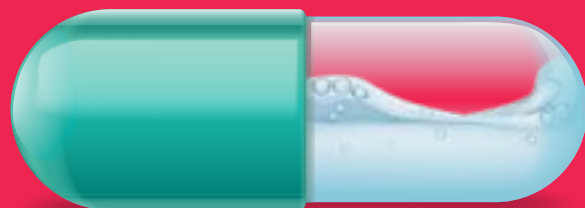
OK EN HIPERTENSIÓN

**En Hipertensión
moderada a
severa ofrece:**

Una **disminución** de la morbilidad
cardiovascular **en pacientes
de alto riesgo.**

La **combinación Telmisartán /
Hidroclorotiazida** tiene **reducciones
importantes** de las cifras tensionales,
alcanzando las cifras meta.

OKSEN Es la cápsula
de contenido líquido que da
el **OK en hipertensión**



OKSN-A01-16

 **IPAL®**

Senosiain®