

# MEDICAL CARE MAGAZINE

## 16 AÑOS

La trayectoria de Medical Care & Research a través del tiempo

## ARTÍCULO DE INVESTIGACIÓN

Estilo de vida en personas con Diabetes tipo 2 de "La huerta del estado" de Yucatán.

## INVESTIGACIÓN CLÍNICA

Conozca los beneficios de participar en un protocolo de investigación

## HEMOGLOBINA GLUCOSILADA

Aprenda a interpretar los rangos

**VOL. I JUNIO - JULIO**

# Índice

**01**

## **¡BIENVENIDO!**

Tomo Uno. Carta de editorial.

**02**

## **16 AÑOS**

La trayectoria de Medical Care & Reseachr a través del tiempo.

**05**

## **ESTUDIOS DE INVESTIGACIÓN CLÍNICA**

Conozca los beneficios de participar.

**06**

## **ARTÍCULO DE INVESTIGACIÓN**

Estilo de vida en personas con Diabetes tipo 2 de "La huerta del estado" de Yucatán.

**08**

## **CONOCE A TU MÉDICO**

El equipo de investigación del área de enfermedades cardio - metabólicas.

**10**

## **HEMOGLOBINA GLUCOSILADA**

Aprenda a interpretar los rangos.

**11**

## **JORNADAS DE SALUD MCR**

"Al servicio de la practica clínica".

**13**

## **MIS RECETAS MCR**

Aprenda a preparar Mug Cake de chocolate

## **14 EFEMÉRIDES**

Junio - Julio

## **15 ENTRETENIMIENTO**

Encuentre las diferencias  
Sopa de letras

## **16 CUPONERA DE DESCUENTOS**

Obtenga descuentos y  
promociones con nuestros  
aliados estratégicos



# TOMO UNO

# ¡Bienvenido!

¡Bienvenido paciente y comunidad Medical Care! Sabemos que las revistas siguen siendo un medio de comunicación necesario en nuestra sociedad; nos informan, nos entretienen, nos divierten, etc. Es por ello que nos emociona y complace mucho presentarle el primer tomo de nuestra revista Medical Care Magazine, esperamos que con cada página, podamos crear y despertar curiosidad e interés en cada uno de nuestros lectores. En el interior de esta revista encontrará artículos informativos en el ámbito de la salud e investigación, información acerca de la clínica, recetas de cocina, una cuponera de descuentos y promociones con nuestros aliados estratégicos, entre mucho más contenido pensado especialmente para usted.

Concluimos la mitad de este año 2022 y queremos agradecerle por ser parte de esta comunidad que a lo largo de 16 años ha crecido gracias a usted: nuestro paciente quién confía y nos recomienda a más personas para #AyudaraAyudar. ¡Que la disfrute!



LMEP. Julieta Rodríguez Salinas  
*Coordinadora de Marketing y  
Publicidad*

LN. María Fernanda Tovar  
*Coordinadora de Reclutamiento  
y Retención*

# 16 AÑOS

## La trayectoria de Medical Care & Research a través del tiempo.



Medical Care and Research, S.A de C.V es un Centro de Investigación Clínica independiente. Creado el 01 de Abril del 2006. Nace como una organización para el desarrollo de investigación clínica y cuidado de la salud en el sureste de México.

Dentro de nuestro desarrollo hemos participado en protocolos de fase II, III y IV en diabetes tipo 1 y tipo 2, obesidad, prevención de riesgo ateroesclerótico, prevención de tromboembolismo venoso, hipertensión, riesgo cardiovascular, enfermedad renal, anemia, migraña, artritis reumatoide, espondiloartritis, lupus, nefritis lúpica, enfermedad de crohn, hígado graso, cáncer de pulmón, cáncer de mama, cáncer de próstata, cáncer urotelial, cáncer de cabeza y cuello, entre otras.

A lo largo de la trayectoria de Medical Care and Research, hemos participado en el desarrollo de más de 100 Estudios de Investigación y actualmente tenemos 74 estudios concluidos y 39 activos. Contamos con 15 áreas terapéuticas y más de 40 médicos investigadores.

Contamos con dos áreas de espera, diez consultorios médicos, área de toma y procesamiento de muestras biológicas, área para la toma de mediciones antropométricas, signos vitales y electrocardiograma, sala de Infusión equipada con campana de flujo laminar y carro rojo, área de administración, salas de junta, salas de monitoreo, área de farmacia y área de archivo con temperatura y acceso controlados, área de coordinación, área de reclutamiento y marketing, áreas sanitarias; todas totalmente climatizadas, así como áreas verdes.



Área de espera planta alta



Sala de infusión



Consultorio médico

## ÁREAS TERAPÉUTICAS



Cardiología



Dermatología



Endocrinología



Gastroenterología



Ginecología



Hematología



Infectología



Nefrología



Neumología



Neurología



Oftalmología



Oncología



Psiquiatría



Reumatología



Vacunas

### Reumatología:

- Lupus eritematoso sistémico
- Nefritis lúpica
- Osteoartritis de rodilla
- Artritis
- Polineuropatía
- Síndrome de Sjogren
- Espondilitis anquilosante

### Oncología:

- Cáncer de pulmón
- Cáncer de mama
- Cáncer de estómago
- Cáncer cervicouterino
- Cáncer de hígado
- Cáncer de riñón

### Psiquiatría:

- Esquizofrenia
- Trastorno límite de la personalidad
- Depresión
- Trastorno Bipolar
- Alzheimer

### Vacunas:

- Virus Sincicial Respiratorio

### Nefrología:

- Enfermedad renal crónica con diálisis y sin diálisis.

### Endocrinología:

- Diabetes tipo 2.
- Sobrepeso u obesidad
- Colesterol y triglicéridos elevados
- Hipertensión

### Cardiología:

- Cardiopatía en enfermedad de chagas
- Insuficiencia cardíaca crónica
- Eventos cardiovasculares (Embolia/derrame cerebral, infarto al miocardio, revascularización coronaria, colocación de stent, enfermedad arterial periférica, amputaciones).

### Gastroenterología:

- Enfermedad de Crohn
- Hígado graso no alcohólico
- Colitis ulcerosa

### Neumología:

- Fibrosis pulmonar
- Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC)
- Asma

# ESTUDIOS DE INVESTIGACIÓN CLÍNICA

## LO QUE DEBE SABER SOBRE LOS ESTUDIOS DE INVESTIGACIÓN

**T**odos los medicamentos deben evaluarse antes de ser aprobados para que los médicos los receten a sus pacientes. Los estudios clínicos permiten a los investigadores comprender el impacto de un tratamiento. Sin personas que participen en estos estudios, no tendríamos medicamentos nuevos. Los ensayos clínicos marcan la diferencia no solo para los pacientes de hoy, sino también potencialmente para aquellos que serán diagnosticados en el futuro. Cuando se trata de medicamentos, los estudios clínicos brindan información sobre la seguridad y eficacia del medicamento. Además, pueden guiar a los investigadores hacia el desarrollo de otros tratamientos nuevos.

**PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN CLÍNICA ES UNA DECISIÓN INDIVIDUAL Y VOLUNTARIA**



**C**ada año se realizan miles de estudios de investigación. Aprender sobre ellos puede parecer complejo de entender. La buena noticia es que existen muchos recursos para ayudar a respaldar y guiar la toma de decisiones antes de inscribirse a un estudio de investigación clínica.



## ¿POR QUÉ LOS PACIENTES DECIDEN PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN?

Si usted decide enrolarse en un estudio, se le solicitará que acuda al sitio de investigación. Las citas podrán incluir valoraciones tales como:

- Muestras de sangre
- Muestras de orina
- Medición de presión sanguínea y pulso
- Medición de talla y peso
- Cuestionarios
- Valoraciones y/o estudios adicionales dependiendo el protocolo y su enfermedad

**LOS ESTUDIOS DE INVESTIGACIÓN CLÍNICA SE DESARROLLAN CUANDO LOS BENEFICIOS ESPERADOS SON MAYORES A LOS RIESGOS, ES DECIR, CUANDO SE ESPERA QUE MEJORE LA CALIDAD DE VIDA DE LAS PERSONAS QUE PARTICIPAN.**

### BENEFICIOS<

- Acceso a nuevos tratamientos antes de salir a la venta al público.
- Atención médica integral.
- Contribuir al conocimiento médico y científico para el lanzamiento de nuevos medicamentos.
- Medicamentos, análisis de laboratorio y evaluaciones vinculados con el estudio sin costo alguno.
- Mayor control de su enfermedad.
- Reembolso de ciertos gastos razonables relacionados con el estudio, por ejemplo, gastos de transporte.





## Estilo de vida en personas con Diabetes tipo 2 de “La huerta del estado” de Yucatán.

*“El siguiente artículo es responsabilidad y se concede únicamente a los Autores originales; por lo que no expresan propiamente la opinión de Medical Care and Research”.*

LN. María Fernanda Tovar Cetina1  
Dra. Patricia Isolina del Socorro Gómez Aguilar2  
Mtra. Saydi Paloma Santoyo Fuentes2  
Dra. Julia Alejandra Candila Celis2  
Dra. Alexa Gabriela Castillo Pacheco3  
1- Medical Care and Research  
2- Universidad Autónoma de Yucatán, Facultad de Enfermería  
3.- Instituto Mexicano del Seguro Social. Hospital Rural No.39 IMSS

La diabetes es un problema de salud pública, reconocida por la Organización Mundial de la Salud, (OMS) como uno de los cuatro tipos predominantes de enfermedades crónica no transmisibles (ECNT) para intervenir con carácter prioritario debido al aumento en el número de casos y la prevalencia de la enfermedad 1. A nivel mundial aproximadamente 451 millones de personas entre 18 y 99 años de edad padecieron diabetes entre los años 2015 y 2016, con esta tendencia se espera que para el 2045, presentarán dicha enfermedad 693 millones de personas del mismo rango de edad, asimismo se calcula que más de un tercio de estos casos son el resultado del crecimiento y envejecimiento de la población 2.

Durante 2017, en México se registraron 106.525 defunciones por diabetes, ocupando el segundo lugar entre las enfermedades que concentraron el mayor número de muertes, le antecedieron las enfermedades del corazón, también consideradas como enfermedad no transmisible 3. En el mismo año, en Yucatán esta afección también ocupó el segundo lugar de mortalidad con un total de 1, 588 defunciones 4.

La diabetes tipo 2 (DT2) es la forma más común de diabetes, las personas adultas mayores la padecen normalmente, pero cada vez es más frecuente en la infancia, adolescencia y adultez joven debido a la vinculación con factores ambientales que incrementan el riesgo de presentarla, como consecuencia del aumento de niveles de obesidad, sedentarismo y deficiencia en la dieta.

Entre las 20 principales causas de morbilidad presentadas por la población mexicana en 2017 se identificó a la diabetes mellitus no insulino dependiente (Tipo II) ocupando el onceavo lugar, por otro lado, le antecede en el octavo lugar la obesidad, la cual es considerada un factor de riesgo que requiere atención para esta enfermedad crónica 5.

Esta enfermedad presenta un componente altamente genético y a la vez se considera una entidad heterogénea con tres defectos metabólicos establecidos: resistencia a la insulina, defectuosa secreción de la insulina por el páncreas e incremento en la producción hepática de glucosa 6.

Las consecuencias y tratamientos de las enfermedades crónicas, como la diabetes requieren de cambios trascendentales en el estilo de vida (EV) de las personas que la padecen ya que comprometen las habilidades afectivas, conductuales, sociales y del pensamiento al experimentar reacciones emocionales a situaciones adversas en su vida, tales como la pérdida relacionada con la salud o la autonomía 7.

En diversas disciplinas como la sociología, psicología, antropología médica y la epidemiología se ha considerado los estilos de vida como objeto de estudio; ya que ha sido una preocupación tanto para el ámbito académico, como para los formuladores de políticas públicas en salud.

Álvarez afirma que las investigaciones sobre estilos de vida se circunscriben principalmente a las enfermedades crónicas no trasmisibles más prevalentes como obesidad, diabetes mellitus tipo II, hipertensión arterial, síndrome metabólico, y enfermedad cardiovascular 8.

Según la OMS, estilo de vida se define como: "una forma de vida que se basa en patrones de comportamiento identificables, determinados por la interacción entre las características personales individuales, las interacciones sociales y las condiciones de vida socioeconómicas y ambientales". 9

El estilo de vida comprende tanto actitudes como valores expresados en la conducta o comportamiento de la persona en diversas áreas: alimentación, actividad física, consumo de alcohol o tabaco, manejo de las emociones y sexualidad, así como los ámbitos social, físico, cultural y económico, por lo tanto, la salud puede verse afectada por el estilo y condiciones de vida 10.

#### Referencias:

- 1.- Organización Mundial de la Salud. Informe mundial sobre la diabetes. [Internet]. Ginebra: OMS; 2016. [consultado 2019 febrero 27]. Disponible en: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254649/9789243565255-spa.pdf?sequence=1>
- 2.- Federación Internacional de Diabetes. Atlas de la Diabetes de la FID. 8ª. ed. [Internet]. Bruselas: IDF; 2017. [consultado 2019 febrero 28]. Disponible en: [https://diabetesatlas.org/IDF\\_DiabetesAtlas\\_8e\\_interactive\\_ES/](https://diabetesatlas.org/IDF_DiabetesAtlas_8e_interactive_ES/)
- 3.- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). Conjunto de datos: Mortalidad general. [Internet]. México, 2017; [consultado 2019 marzo 4]. Disponible en: [https://www.inegi.org.mx/sistemas/olap/proyectos/bd/continuas/mortalidad/mortalidad\\_general.asp?s=est&c=11144&pry=mortgral\\_mg](https://www.inegi.org.mx/sistemas/olap/proyectos/bd/continuas/mortalidad/mortalidad_general.asp?s=est&c=11144&pry=mortgral_mg)
- 4.- Obitias, L. Psicología de la salud y calidad de vida. 3era. ed. México: Cengage Learning; 2010
- 5.- Guerrero Montoya LR, y León Salazar AR. Estilo de vida y salud. Educere [en línea]. 2010; 14(48) pp: 13-19. [consultado 2019 marzo 5]. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=356167200025>



# CONOCE A TU MÉDICO

Conoce al equipo del Dr. Carlos Medina; él junto a los investigadores Dr. Giovanni Parra, Dra. Silvia Rivas, Dra. Karla Escalante y la Dra. Elizabeth Rojas, conducen los protocolos de investigación relacionados con enfermedades cardio - metabólicas tales como: diabetes, sobrepeso, obesidad, riesgo cardiovascular, dislipidemia, entre otros.



## LABORATORIO DE ANÁLISIS CLÍNICOS

¡CONTÁCTANOS O VISÍTANOS!

**MATRIZ**  
CALLE 32 X 11 Y 13, NO. 217, COL.  
GARCÍA GINERÉS, MÉRIDA YUCATÁN

**SUCURSAL MÓVIL PLAZA LAS PALMAS**  
CALLE 21 X 60, NO. 371, COL. MIGUEL  
HIDALGO, MÉRIDA YUCATÁN

**SUCURSAL CAUCEL**  
CALLE 51 A, NO. 689 N,  
ALMENDROS, CD CAUCEL, YUCATÁN

 999.155.5253

 Medical Care Laboratorio

 laboratoriosmedicalcare@gmail.com

 Medical Care Laboratorio



### Check Up Básico **\$349**

Química sanguínea (6)  
Examen General de Orina  
Biometría hemática

### Check Up Dos **\$499**

Química Sanguínea (4)  
Biometría hemática  
Examen General de Orina  
Perfil de lípidos

### Perfil de Lípidos **\$300**

Colesterol total  
Triglicéridos  
HDL, VDL, LDL  
Lípidos totales  
Riesgo aterogénico

### Perfil Preoperatorio **\$379**

Biometría hemática  
Grupo sanguíneo y Factor Rh  
Tiempo de coagulación

### Pruebas COVID-19

Antígeno **\$399**  
PCR **\$1,549**

### Pruebas Preeclámicas

Individual **\$199**  
Pareja **\$349**  
Pareja + Constancia **\$399**

### Pruebas Antifloging

1 parámetro **\$149**  
3 parámetros **\$390**  
5 parámetros **\$595**  
6 parámetros **\$745**

### Perfil Diabético **\$799**

Química sanguínea (4)  
Examen General de Orina  
Perfil de lípidos, Insulina  
Hemoglobina glucosilada

# HEMOGLOBINA GLUCOSILADA

HbA1c - Test

## ¿QUÉ ES?

### Hemoglobina

La hemoglobina es una proteína que se halla en los glóbulos rojos, que transporta oxígeno a los órganos y tejidos del cuerpo y dióxido de carbono desde los órganos y tejidos hasta los pulmones.

### Glucosilada

Se refiere al resultado del proceso de la unión entre la glucosa y la hemoglobina.

## ¿PARA QUÉ SIRVE?

La prueba de hemoglobina glucosilada (HbA1c) es un examen de sangre para la diabetes tipo 2 y prediabetes. Mide el nivel promedio de la concentración de glucosa o azúcar en la sangre durante los últimos tres meses. Los médicos pueden usar la prueba HbA1c sola o en combinación con otras pruebas de diabetes para hacer un diagnóstico. También utilizan la HbA1c para ver lo bien que está manejando su diabetes. Esta prueba es diferente a los controles de azúcar en la sangre que las personas con diabetes se hacen todos los días.

## Aprenda a interpretar los rangos

<b>NORMAL</b>	<b>PREDIABETES</b>	<b>DIABETES TIPO 2</b>
Menor al 5,7%	Entre 5,7 a 6,4%	Mayor del 6,5%

*El resultado de su prueba HbA1c se entrega en porcentajes. Mientras más alto sea el porcentaje, mayor es su nivel de azúcar en la sangre.*

Tener prediabetes es un factor de riesgo para desarrollar diabetes tipo 2. Las personas con prediabetes pueden necesitar repetir las pruebas cada año. Si usted tiene diabetes, debe someterse a la prueba HbA1c por lo menos dos veces al año. Para muchas personas con diabetes, la meta de HbA1c es un porcentaje inferior a siete. Puede ser diferente para usted. Consulte con su médico cuál debería ser su meta. Si el resultado de HbA1c es demasiado alto, es posible que tenga que cambiar su plan de cuidado de la diabetes, recuerde siempre apoyarse de su médico para realizar estos cambios.



# Jornadas de Salud MCR



## *"Al servicio de la práctica clínica".*

En esta sección te compartimos algunas fotografías de los diferentes eventos que hemos realizado durante los últimos meses, estas actividades las hemos llevado a cabo fuera de Medical Care, por ejemplo:

- Jornadas de Salud en Valladolid, Yucatán
- Detecciones de glucosa capilar en el laboratorio móvil (Walmart Pensiones)
- Detecciones de glucosa en el Laboratorio Medical Care sucursal Caucel
- Jornadas de Salud en el Frente Único de Trabajadores del Volante



*¡Mantente pendiente de nuestras redes sociales en donde damos a conocer nuestros próximos eventos!*

*¡Muchas gracias a todos los participantes!*

Queremos agradecer a todos los que hacen posible que esto suceda; a nuestro equipo conformado por: médicos, enfermeras, nutriólogas, químicos y todo el equipo que siempre está dispuesto a apoyarnos y por supuesto gracias a usted, nuestro paciente que nos brinda su confianza para participar en estas actividades y las difunde con su familia y amigos.



# MIS RECETAS MCR



## Mug Cake de Chocolate

### INGREDIENTES:

- 1 taza de avena en hojuelas
- 1 huevo
- 2 cucharadas de cocoa natural o chocolate en polvo sin azúcar
- 2 cucharadas de leche de su preferencia

### PROCEDIMIENTO:

1. Licuar la avena con la cocoa o el chocolate en polvo hasta hacer la harina.
2. Batir ligeramente el huevo, agregar en una taza junto con la leche y la harina de avena. \*Para endulzar agregar canela al gusto, un chorrito de vainilla o 1cdita de endulzante.
3. Mezclar hasta incorporar muy bien los ingredientes.
4. Mete al microondas aproximadamente 1 minuto\* y medio revisando ocasionalmente (es normal que se eleve) y listo.

\*El tiempo puede variar dependiendo del microondas





## Efemérides Junio - Julio

### Junio

- 03 Día Mundial de los Sobrevivientes de Cáncer
- 05 Día Mundial del Medio Ambiente
- 06 Día Mundial del Paciente Trasplantado
- 07 Día Mundial de la Seguridad Alimentaria
- 09 Día Mundial de la Esteatohepatitis No Alcohólica (NASH)
- 14 Día Mundial del Donante de Sangre



### Julio

- 13 Día Mundial del Trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH)
- 22 Día Mundial del Cerebro
- 28 Día Mundial contra la Hepatitis

# Entretención

Encuentre las 10 diferencias



E	L	T	T	D	U	D	R	C	R	M	E	S
H	V	N	E	A	C	E	P	T	A	R	I	L
T	C	E	R	C	A	R	A	C	T	I	O	M
H	J	U	N	T	O	R	F	J	I	N	D	C
E	R	T	N	T	I	O	A	Ñ	U	H	L	A
S	T	W	V	M	U	T	C	O	Q	O	M	M
Z	E	T	I	G	F	A	I	O	L	M	E	B
G	S	R	X	D	V	H	L	U	Z	B	T	I
L	P	E	H	U	K	L	I	M	B	R	E	A
O	R	T	H	U	M	E	D	E	C	E	R	R
B	R	A	T	R	O	C	A	H	L	T	R	E
A	L	L	A	T	A	B	D	I	R	O	C	O
L	M	E	N	C	I	O	N	A	R	W	O	P

Buscar en esta Sopa de Letras el antónimo de las siguientes palabras:

Separado, lejano, oscuridad, dificultad, permanente, triunfo, rechazar, devolver, levantamiento, secar, liberar, mujer, permanecer, parcial, sacar, deshielo, paz, ocultar y ampliar.



## Cuidado del Pie

10%

### DE DESCUENTO EN PEDICURE

Un cupón por cliente.  
Oferta no válida con otras promociones.  
Vence el 15/08/22

Tel: (999) 953.58.91

GRATIS

### LIMPIEZA FACIAL HIDRATANTE AL ADQUIRIR MASAJE DESCONTRACTURANTE

Un cupón por cliente.  
Oferta no válida con otras promociones.  
Vence el 15/08/22  
Tel: 999.331.49.09

Del interior a tu piel

10%

### DESCUENTO EN LABORATORIOS DE RUTINA BÁSICA

Un cupón por cliente.  
Oferta no válida con otras promociones.  
Vence el 15/08/22

Tel: 9991.72.55.04

20%

### DE DESCUENTO EN TODOS\* LOS ARMAZONES EN TIENDA

Un cupón por cliente.  
Oferta no válida con otras promociones.  
Vence el 15/08/22

Tel: (999) 289.55.16

\*Consulte restricciones. Sujeto a disponibilidad.

MEDICAL CARE & RESOURCES

\$100

### PARA CONSULTA NUTRICIONAL CON VALOR DE \$200 CON LA LN. MARÍA LUISA NIC EN MEDICAL CARE

Un cupón por cliente.  
Oferta no válida con otras promociones.  
Vence el 15/08/22

Tel : (999) 920.38.79



# MEDICAL CARE & RESEARCH

TO THE SERVICE OF THE CLINICAL PRACTICE



Calle 32 x 11 y 13 #217 Col. García  
Ginerés CP.97070 Mérida, Yucatán

☎ 999 4 4 29853

☎ 999203879

📍 Medical Care & Research

📧 @medicalcaremerida

✉ reclutamiento.medicalcr@gmail.com

🌐 www.medicalcareandresearch.mx



6100580014610910070