

Consiste en efectuar la intervención quirúrgica internamente, sin tener que abrir centímetros de piel

Perfecciona galeno del Juan Graham método de cirugía laparoscópica

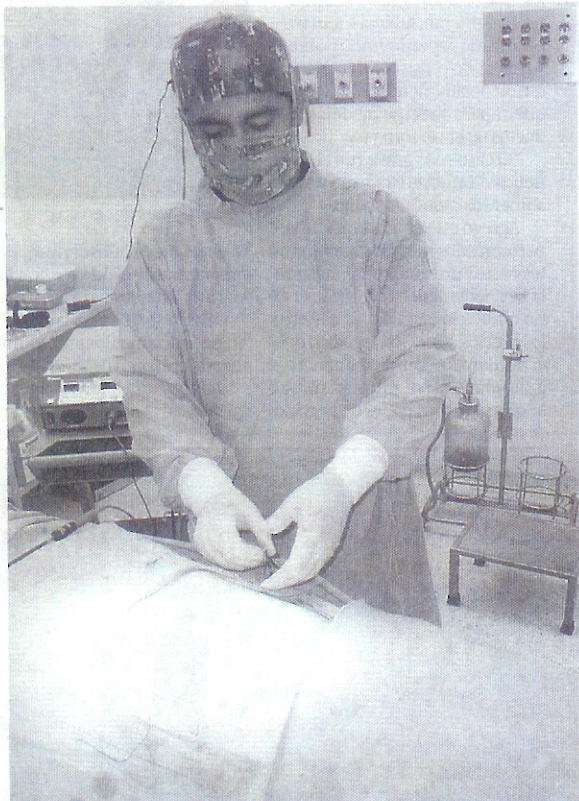
● El especialista Dr. Pedro Gutiérrez Contreras explica que esta cirugía de mínima invasión sin cicatriz visible se realiza con un método innovado por él que permite utilizar orificios naturales del cuerpo, como el ombligo, para disminuir riesgos de morbilidad y elevar el nivel de seguridad clínica

● Las laparoscopias se realizan únicamente en Tabasco y galenos de todo el país están interesados en la técnica desarrollada en el Juan Graham

Villahermosa • Eduardo Beltrán

El hospital de alta especialidad Juan Graham Casasús ofrece a sus pacientes con problemas gastrointestinales una nueva modalidad de cirugías con una pronta recuperación, y sobre todo, que no deja cicatrices, aprovechando la laparoscopia con adecuaciones del mismo grupo de médicos del nosocomio.

La Cirugía Laparoscópica, es una nueva modalidad de cirugía con mínima invasión que realiza el Hospital de Alta Especialidad "Dr. Juan Graham Casasús" y es una alternativa para pacientes con problemas gastrointestinales como vesícula biliar y apéndice, la cual consiste en efectuar la intervención



El Dr. Pedro Gutiérrez extrayendo el órgano extirpado por el ombligo.

quirúrgica internamente, sin tener que abrir centímetros de piel lo cual deja cicatrices visibles en área abdominal de la persona.

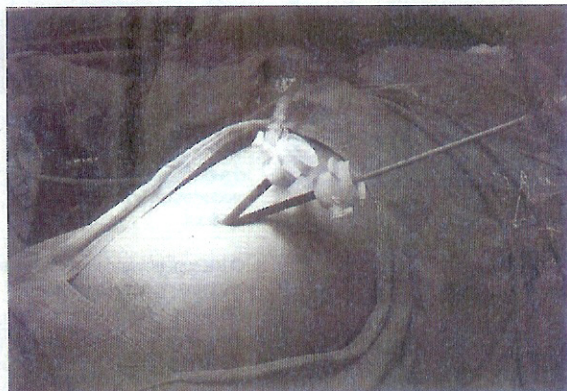
Pedro Gutiérrez Contreras, especialista en cirugía endoscópica adscrito a este nosocomio, explicó que esta cirugía de mínima invasión sin cicatriz visible se realiza en el hospital con un método innovado por él mismo, que permite utilizar orificios naturales del cuerpo, como es el ombligo.

Con esta nueva técnica, que se realiza únicamente en nuestro estado a nivel nacional y de otros países de Centroamérica, el hos-

pital busca disminuir los riesgos de morbilidad y elevar el nivel de seguridad puesto que "la menor invasión provoca en el paciente mayor y pronta recuperación", así lo manifestó Gutiérrez Contreras.

Indicó que esta cirugía tiene una duración de 30 a 40 minutos, y la técnica consiste en introducir dos puertos internados en el ombligo donde se pueden realizar cualquier tipo de procedimientos como extracción de vesículas y de apéndice en cualquier etapa de inflamación.

"A través de estos dos trocares



Operación a través del ombligo sin cicatriz.



Así queda la cicatriz con la aplicación del método tradicional.

o tubos, por el más grueso de ellos se coloca un lente aproximadamente de 10 milímetros o menos que proyectará la imagen a un monitor y por el otro se introducen pinzas que por medio de suturas manipula el órgano para darle tensión y poder lograr la cauterización lo cual evita lesiones a los demás órganos que rodean la parte afectada" explicó.

El Especialista y pionero de este método señaló que para esta cirugía se requiere de equipo médico especial y material angulado, así como de lentes pequeñas y delgadas, y cámaras de alta resolución de

endoscopias, además del personal capacitado como el instrumentista, un auxiliar, el anestesiólogo y el cirujano.

Finalmente precisó que la cirugía laparoscópica es más utilizada en pacientes con problemas gastrointestinales, para hacer anisectomía, colecistectomía, incluso recesión del intestino grueso. Sin embargo las técnicas que se realizan son asistidas, es decir, requieren de otra inserción en el abdomen para que con la mano se ayude a manipular el órgano, entonces ya no es tan mínimamente invasiva. ■■

IMSS: con deficiente alimentación 50% de mexicanos que practican deporte

Villahermosa • Redacción

El 50 por ciento de la población que practica deporte o entrena se alimenta de manera inadecuada, lo que repercute en bajo rendimiento. Y es que la buena condición y forma física, así como de salud, no depende sólo del ejercicio, sino también de una alimentación saludable.

El doctor Sergio Gadea Gómez, médico especialista en Medicina del Deporte en el Instituto Mex-

icano del Seguro Social (IMSS), comentó que en nuestro país, el deportista en general no sigue un programa de nutrición para ejercitarse o competir, además de que la mayoría resume su vida atlética al fin de semana o por recreación, y no como una práctica sistemática.

Por ello, además de promover la práctica del deporte y el ejercicio físico como una herramienta esencial para el cuidado de la salud, el IMSS recomienda a los deportistas

tener buenos hábitos alimenticios. Lo primordial es acudir con un médico del deporte y un especialista en nutrición, los cuales brindan el programa adecuado con los requerimientos nutricionales de cada persona.

La trascendencia de la ingesta de los alimentos en el deporte es clave para tener un mejor desempeño en el mismo, ya que una persona que realiza ejercicio físico tiene un desgaste extra, esfuerzo que debe recompensarse con una ali-

mentación equilibrada para cubrir las necesidades energéticas del organismo.

Las necesidades básicas de una dieta deben incluir vitaminas, minerales, agua y aporte específico de proteínas, antes, durante y después de la actividad físico-atlética. La calidad del alimento, explicó el doctor Gadea Gómez, influye mucho en el desarrollo y potencialidad de una persona, ya que ésta supone el combustible imprescindible para un mejor rendimiento.

De lo contrario, las consecuencias de una mala alimentación ocasiona que el cuerpo tenga un deficiente rendimiento, lo que provoca un mayor desgaste que deriva en calambres, deshi-

dratación, dolor abdominal y hasta paros respiratorios.

Un atleta de "fin de semana" debe consumir, como mínimo, dos mil calorías diarias, para quemar un máximo de 800 calorías en un entrenamiento o competencia, algo que muy pocas veces lleva a cabo.

El problema del deportista mexicano, subrayó el especialista del Seguro Social, es que basa su ingesta en carbohidratos y grasas en exceso, consume pocas frutas, verduras y legumbres, no toma suficientes líquidos, come carne roja más de tres veces por semana, añade mucha sal o condimentos a sus platillos, además del exceso de azúcar en bebidas o postres. ■■