

# HEALTH IN PARADISE®

*Luxury Medical Travel Magazine*

## Cozumel Island Special

**Special Introduction**  
*Stem Cells*

**Types Treatments**  
*with in Fertility Problems*



**Opening of the Third**  
*Clinic of the Sani Dental Group*



Volumen 06, August 2020



**IMMUNOTHERAPY**  
REGENERATIVE MEDICINE

## MOLECULAR AND CELLULAR BIOLOGY



**TREATMENT SPECIALIZED IN REGENERATIVE MEDICINE  
AGAINST CHRONIC - DEGENERATIVE, AUTOIMMUNE  
AND ANTI-AGING DISEASES WITH  
14 YEARS OF EXPERIENCE.**

**CONTACT:**

- Medical Tower, Hospital CMQ, Puerto Vallarta, Riviera Nayarit.  
Heroes de Nacozari Avenue 280, Bucerías.  
(329) 298 0717  
[info@immunotherapymx.com](mailto:info@immunotherapymx.com)

- Article Third Avenue # 78, Hermosillo, Sonora.  
(662) 216 6170 / (662) 423 9039





# YOUR HEALTH IS OUR PRIORITY

[Immunotherapymx.com](http://Immunotherapymx.com)

In our team we have professionals in different specialties and biologists with more than 20 years of experiences in cellular and molecular biology.

Dr. Ernesto Romero López with more than 14 years of experience in regenerative and integrative medicine is currently:

Representative of “Hemofenix France” in Mexico and Latin America. Representative of “Kimicor Pharma” Italian laboratory. Representative of “Krebs International” Company located in Bulgaria. General Director of the Foundation “Inmunoterapia por México A.C.” More than 2 years of collaboration in clinical protocols in Lyon, France with Dra. Lourdes Sagnard.

Treating chronic degenerative diseases, autoimmune, herniated discs, anti-aging treatments among others, with excellent results.



**IMMUNOTHERAPY**  
REGENERATIVE MEDICINE





OFFICIAL FERRARI DEALER

Ferrari Mexico City



Ferrari

*Portofino*



[www.ferrarimexico.com.mx](http://www.ferrarimexico.com.mx)

**Ferrari México**

Av. Ejército Nacional No. 980,  
Pabellón Polanco, México,  
C.P. 11510, Tel: (55) 5557.6799  
(55) 5395.7322

**Ferrari Guadalajara**

Boulevard Puerta de Hierro  
No. 5278 Fracc. Puerta de Hierro,  
Zapopan, Jal. C.P. 45019,  
Tel: (33) 3611.2020, 21 y 22

**Ferrari Monterrey**

Calzada San Pedro No. 202 Norte  
Sótano 1 L-65 Col. Del Valle  
San Pedro Garza García, C.P. 66220,  
Tel: (81) 8100.9001 y (81) 2074.4730

EXCLUSIVO SUBARU GUADALAJARA



# 9 AÑOS DE GARANTÍA EN TU SUBARU

**SIN LÍMITE DE KILOMETRAJE  
COBERTURA DEFENSA A DEFENSA**



*Subaru. Superando a las mejores garantías que existen en el mercado  
automotriz hoy en día, gracias a su producto exclusivo #GEX.*

**SEGURO ES JAPONÉS, SEGURO ES SUBARU.**

\*SÓLO DICIEMBRE. Consulta términos y condiciones.

HARD ROCK HOTEL  GUADALAJARA



# CONGRESO INTERNACIONAL DE TURISMO MÉDICO®



**16**

**Ponentes,  
6 Internacionales**

**6**

**Webinars**

**10**

**Talleres**

**5**

**MMD  
Checklists**

## 2021

Aprende a desarrollar y dominar técnicas para cerrar citas con pacientes extranjeros. Incrementa tus ganancias del 100 al 1000%

[www.congresointernacionaldeturismom medico.com](http://www.congresointernacionaldeturismom medico.com)

MX 55 2614 1865 US +1(619) 419 4438

**Recibe**

# 10

**Leads  
Americanos  
GRATIS\***

\*APLICAN RESTRICCIONES\*

**MV MEDICAL DESTINATION**



**Well  
Come  
Guadalajara**

**Well  
Come  
Jalisco**

# IMPLANTES DENTALES

**DISEÑO DE  
SONRISA**  
TIPO HOLLYWOOD

• *Fine dentistry* •

**Contamos con la  
combinación perfecta:**

Lo más innovador en Tecnología, Ciencia  
y Arte. Rapidez y buen gusto  
en el diseño de tu sonrisa devolviendo  
así la expresión y función de la juventud.

**25 años** de experiencia  
nos respaldan



**Dr. Enrique Topete A.**  
English spoken



**ENRIQUE & ENRIQUE  
TOPETE**

SMILE DESIGN &  
IMPLANTOLOGY  
CENTER

[implantdental.com.mx](http://implantdental.com.mx)

Tel: (52 33) 3615 1466 | 36 158 337

Av. Adolfo López Mateos No. 603, Col. Lomas de Guevara, Guadalajara, Jalisco, MX

# HEALTH IN PARADISE®

*Luxury Medical Travel Magazine*

## **Edition N°06 Cozumel Special**

### **CEO – Editor in Chief**

Hannover Sierra R.  
hannover.s@healthinparadisemag.com

### **CMO Chief Marketing Officer**

Diego Sánchez P.  
diego.s@healthinparadisemag.com

### **CFO Chief Financial Officer**

Paris Moretti  
paris.m@healthinparadisemag.com

### **Design Director**

Liliana Mota Pérez

### **Book Review Panel**

Elvira Orozco Esparza  
Julie-Frances Noble  
Lucca Bartoli

### **Translation**

Julie-Frances

### **Investigation**

Nicola Sierra R.  
Pedro Pérez Cruz

### **Photography**

Hannover Sierra R.  
Diego Sánchez P.  
Cozumel Tourism Directorate  
Health In Paradise Magazine Photo's

### **Collaborators**

Secretaria de Turismo de Quintana Roo  
Dirección de Turismo de Cozumel  
Dr. Anand Srivastava  
Dr. Ernesto Romero López  
Dr. Jorge Araiza  
Lic. Andrea Arango

### **Business Partner:**



PISCIS ENTERPRISE

[www.piscisenterprise.com](http://www.piscisenterprise.com)

### **Logistics**

Luis Alejandro Forero

### **Community Manager**

Candela Publicidad

**All contents are fully protected by copyright and may not be reproduced without the written consent of Health In Paradise. Opinions expressed by the authors do not necessarily reflect the views of the publisher or the editor, nor are we responsible for the claims made by our advertisers. We welcome letters, which should include name, email, address and telephone number.**





# Index

Issues August 2020 edition

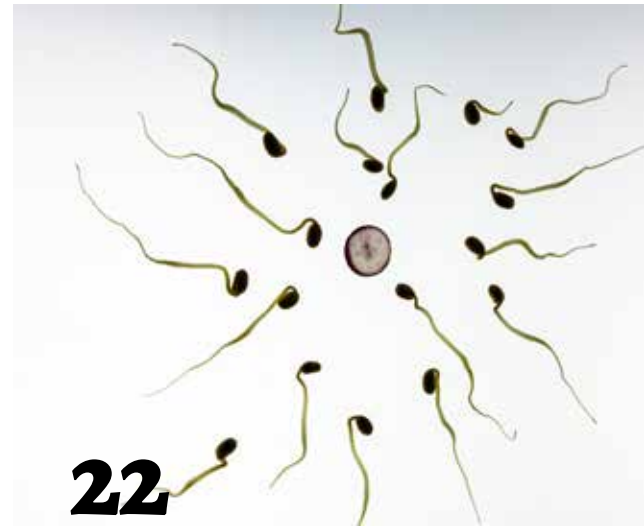
*Special Introduction Stem Cells*

12



*Types Treatments with in Fertility Problems*

22



*Cozumel island Especial*

32

*Special Fertility*

42

*Feeding and Fertility*

56

*Opening of the Third Clinic of  
the Sani Dental Group*

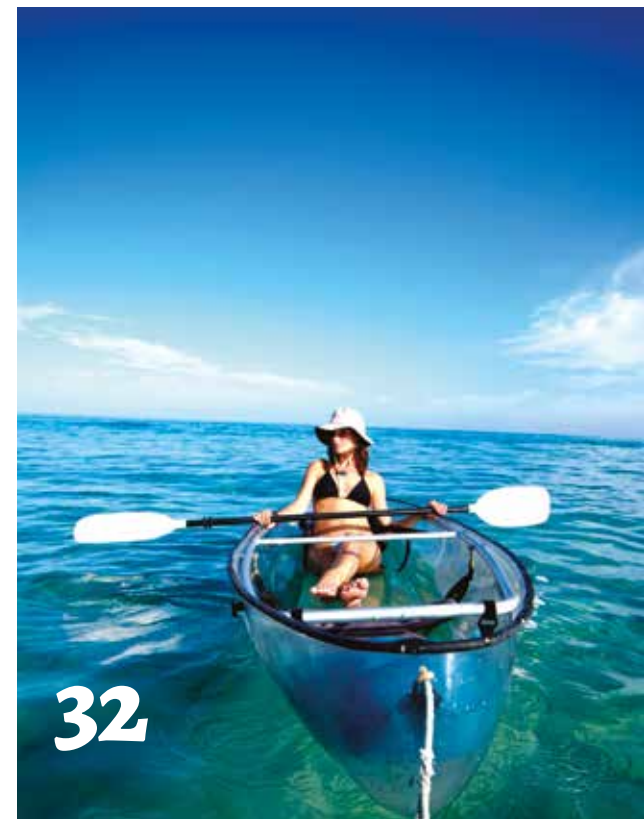
67

*The medical facilitator - don't leave home  
without one!*

102

*ANKER positions as the cutting edge  
oncology clinic in the west of the country*

105



# *Editorial*

There is no doubt that we have just begun to overcome one of the most difficult moments in recent years worldwide, COVID-19, an affliction that in turn has taught us how fragile we are as a species and in many cases, what little we appreciate our health and the importance of simple grooming habits that had been overlooked as a simple rule of coexistence in large crowds.

However, as I mentioned, we began to overcome, learning great lessons and something that I think is necessary to highlight is the union that we have all managed to have together in search of a prompt solution. It is very satisfying to see how large cities looked almost empty, hotels, airports and other places of frequent crowds, not to say daily, were practically desolate all this, by virtue of the union for the care of everyone, highlighting the invaluable and deserved merit to our true heroes, all medical personnel in all areas, worldwide, who daily risked their own lives and those of their loved ones to provide care and support to those affected and to be present during their needs and recovery .

Thanks to everyone's efforts, several of the tourist business turns have been reactivated, of course, with due precautions to avoid a new wave of propagation, and thus, we can enjoy traveling again and treasure new experiences. This time we bring you several specials, such as the fertility one, the Stem Cells and one on the paradisiacal island of Cozumel. We hope to provoke you, to the point of wanting to take the first plane to this beautiful destination, we assure you that you will not regret it !!

*Hannover Sierra R.*

# *Editorial*

No cabe duda de que recién comenzamos a superar uno de los momentos más difíciles de los últimos años a nivel mundial, el COVID-19, afectación que a su vez nos ha enseñado lo frágiles que somos como especie y en muchos de los casos, lo poco que apreciábamos nuestra salud y la importancia de los simples hábitos de aseo que se habían dejado pasar por alto como simple regla de convivencia en grandes aglomeraciones.

Sin embargo, como les mencionaba, comenzamos a superar, aprendiendo grandes lecciones y algo que creo necesario destacar, es la unión que hemos logrado tener todos en conjunto en pos de una pronta solución. Es muy satisfactorio ver como grandes ciudades se veían casi vacías, los hoteles, aeropuertos y demás sitios de aglomeraciones frecuentes por no decir diarias, se encontraban prácticamente desoladas todo esto, en virtud de la unión para el cuidado de todo el mundo, resaltando el invaluable y merecido mérito a nuestros verdaderos héroes, todo el personal médico en todas las áreas, a nivel mundial, que diariamente arriesgaban su propia vida y la de sus seres amados por brindar el cuidado y apoyo a los afectados y estar presentes durante sus necesidades y recuperación.

Gracias al esfuerzo de todos, se han reactivado varios de los giros de negocios turísticos, claro está, con las debidas precauciones para evitar una nueva ola de propagación, y así, podamos disfrutar nuevamente del viajar y atesorar nuevas vivencias. En esta ocasión te traemos varios especiales, como los son el de fertilidad, el Células Madre y uno sobre la paradisiaca isla de Cozumel. Esperamos provocarte, al punto de querer tomar el primer avión hacia este bello destino, ¡¡te aseguramos que no te arrepentirás!!

*Hannover Sierra R.*

# THE <sup>Especial</sup> BEST

## Special Introduction

# Stem Cells



The human body contains hundreds of different types of cells that are important to our daily health. These cells are responsible for keeping our bodies functioning every day, to make our heart beat, our brain to think, our kidneys to cleanse the blood, to replace our skin cells as it is renewed, and so on. The special function of stem cells is to form all of these other types of cells. Stem cells are the providers of new cells. When stem cells divide they can make more of them selves or more of other types of cells. For example, skin stem cells can form more skin stem cells, or they can form differentiated skin cells that have specific jobs like producing the pigment melanin.

When you are injured or sick, your cells are damaged or die. When this happens, the stem cells are activated. Stem cells are tasked with repairing damaged tissues and replacing cells that routinely die. In this way stem cells keep us healthy and prevent premature aging. Stem cells are like our own army of microscopic doctors. We will share several of the treatments they perform with stem cells as well as important re-searchers and the best clinics to carry out these treatments in Mexico. If you want to know more about any treatment or any other that you do not see here, let us know by writing to [info@healthinparadisemag.com](mailto:info@healthinparadisemag.com) and we will be happy to guide you.

## Introducción Especial Células Madre

El cuerpo humano contiene cientos de diferentes tipos de células que son importantes para nuestra salud diaria. Estas células son responsables de mantener nuestros cuerpos en funcionamiento cada día, para hacer que nuestro corazón palpite, que nuestro cerebro se concentre, que nuestros riñones limpien la sangre, para reemplazar las células de nuestra piel a medida que se renuevan, etcétera.

La función especial de las células madre es la de formar todos estos otros tipos de células. Las células madre son las proveedoras de nuevas células. Cuando las células madre se dividen pueden producir más de sí mismas o más de otros tipos de células. Por ejemplo, las células madre de la piel pueden formar más células madre de piel o pueden formar células diferentes de la piel que tienen trabajos específicos como producir el pigmento llamado melanina.

Cuando te lesionas o enfermas, tus células se dañan o mueren. Si esto sucede, las células madre se activan. Ellas tienen la tarea de reparar los tejidos dañados y sustituir las células que mueren rutinariamente. De esta manera las células madre nos mantienen sanos e impiden el envejecimiento prematuro. Son como nuestro propio ejército de médicos microscópicos.

Enseguida te compartiremos diversos de los tratamientos que se realizan con las células madre, así como algunos de los más importantes investigadores y las clínicas más destacadas para llevar a cabo dichos tratamientos en México. Si quieres saber más sobre este tratamiento o algún otro que no encuentres en nuestra revista, háznoslo saber escribiéndonos a [info@healthinparadisemag.com](mailto:info@healthinparadisemag.com) y con gusto podemos orientarte.



# STEMS CELLS

## *The future of medicine Now*

Stem cells play a very important role in the body's healing process, they are used to stimulate injured tissues or organs that need regeneration or adaptation.

Among the diseases in which they can benefit are cardiovascular, peripheral arteriopathies, degenerative neurological diseases (Alzheimer, cerebral palsy, cerebrovascular accident), diabetes mellitus, bone diseases and injuries, arthrosis, arthritis, muscle degenerations, etc.

Stem cell therapy involves introducing new cells into the area to promote the healing process, the procedure is performed with autologous or heterologous cells. In the case of heterologies, it is acquired from a stem cell bank and autologous ones are obtained from the same patient; Under local anesthesia, fat or bone

marrow is removed, after which a careful isolation process is carried out and then applied according to the patient's needs. The advantages of using adult stem cells are that they are easier to handle and can be obtained from the same patient, therefore, they do not have immunological disorders or ethical or legal limitations, nor have they been proven to cause malignancies. The term neoplasm is used in medicine to designate abnormal tissue that grows by cell proliferation faster than normal and continues to grow even after the stimulus that started the growth ceases. Neoplasms show total or partial absence of structural organization and functional coordination with normal tissue, and generally form an independent tissue mass, which can be benign (benign tumor) or malignant (cancer).

At Clinica Aguiar's we have a license for regenerative medicine (disposition of organs, tissue and cells for therapeutic purposes), regenerative medicine relies on the same factors that the body uses for its self repair and is based on promoting cell regeneration; The time has come for medicine to apply its knowledge and techniques to help lead a long and healthy life, not only to focus on curing diseases, but to seek a fuller and more competitive life; treat the patient as a whole, open our minds to antiaging and regenerative medicine, set aside absolutist thinking to give our patients new treatment options and use medical advances to their advantage.

*Dra. Ossiris Aguiar*

*Surgeon and Master in Aesthetic Surgery.*





# Células Madre

## El futuro de la medicina Ahora

Las células madre juegan un papel muy importante en el proceso de curación del cuerpo, se utilizan para estimular tejidos u órganos lesionados que necesitan regeneración o adaptación.

Entre las enfermedades en las que puede ayudar a combatir se encuentran las cardiovasculares, arteriopatías periféricas, enfermedades neurológicas degenerativas (Alzheimer, parálisis cerebral, accidente cerebro vascular), diabetes mellitus, enfermedades y lesiones óseas, artrosis, artritis, degeneraciones musculares, etc.

La terapia con células madre implica introducir nuevas células en la zona a tratar para fomentar el proceso de curación, el procedimiento se realiza

con células autólogas o heterólogas. En el caso de las heterólogas se adquieren de un banco de células madre y las autólogas, se obtienen del mismo paciente; bajo anestesia local se extrae grasa o médula ósea, posteriormente se pasa por un cuidadoso proceso de aislamiento para después aplicarse según las necesidades del paciente. Las ventajas de utilizar células madre adultas es que su manipulación resulta más simple y pueden obtenerse del mismo paciente, por lo tanto, no presentan trastornos inmunológicos ni limitaciones éticas ni legales, tampoco se ha comprobado que produzcan neoplasias. *El término neoplasia se utiliza en medicina para designar un tejido anormal que crece por proliferación celular más rápido de lo normal y sigue creciendo aún*



*después de que cesa el estímulo que inició el crecimiento. Las neoplasias muestran ausencia total o parcial de organización estructural y coordinación funcional con el tejido normal, y en general forman una masa de tejido independiente, que puede ser benigna (tumor benigno) o maligna (cáncer).*

En **Clinica Aguiar's** contamos con licencia de medicina regenerativa (disposición de órganos, tejido y células con fines terapéuticos), la medicina regenerativa se apoya en los mismos factores que el organismo emplea para su autoreparación y se basa en promover la regeneración celular; ha llegado el momento en el que la medicina aplique sus conocimientos y técnicas para ayudarnos a llevar una vida sana y longeva, no solo enfocarnos en curar enfermedades, sino buscar una vida más plena y competitiva; tratar al

paciente como un todo, abrir nuestra mente a la medicina anti envejecimiento y regenerativa, dejar de lado el pensamiento absolutista para dar a nuestros pacientes nuevas opciones de tratamiento y utilizar a su beneficio los avances de la medicina.

Dra. Ossiris Aguiar

*Médico Cirujano y Master en Cirugía Estética.*

**Clinica Aguiar's**



# Antiaging and aesthetic medicine

·Cosmetic surgery

# Stem cell therapy

·Ozone

·Alternative treatments for  
pain managment

·Hormone optimization

·Platheet rich Plasma



Certified physicians

Federal license : 16-AM-02-003-0003

Regenerative medicine license:  
18-TR-02-003-0001

Advertising permit COFEPRIS:  
1833002001A07



CLÍNICA AGUIAR'S



From USA:  
011 52 665 654 43 62



[www.clinicaaguiars.com](http://www.clinicaaguiars.com)



[aguiarsclinic](https://www.facebook.com/aguiarsclinic)



[clinica\\_aguiars](https://www.instagram.com/clinica_aguiars)



[clinicaaguiars@gmail.com](mailto:clinicaaguiars@gmail.com)



Paseo Morelos #877. Col.  
Industrial. Tecate, B. C. México



The hearth of Baja





# Doctor

## Anand Srivastava

---

He is known as the pioneer in the field of stem cell research and the founder and leader of GIOSTAR. With over 15 years in the research field, his success is rooted in his unique expertise in stem cell biology, molecular biology, immunology, gene therapy, and clinical research. He is president and co-founder of the Global Institute for Therapy and Research with Stem Cells (GIOSTAR) based in San Diego, California (USA).

Under his creative leadership, a group of esteemed scientists and clinicians have developed and established stem cell therapy for various types of autoimmune diseases and blood disorders. Dr. Anand Srivastava's extensive

experience is frequent in clinical research and is designed to fit perfectly with GIOSTAR projects for stem cell transplantation, cancer and gene therapy research.

He is a member of several scientific review committees and has written distinguished scientific review articles and manuscripts.

In addition to that, Dr. Srivastava has dedicated his life to research, and his work has been presented at various national and international scientific meetings and conferences in India, Japan, Germany, Korea, China, the Bahamas, and the United States.

From 1997 to the present, Dr. Anand has held numerous leading positions at renowned universities and institutes worldwide: Principal Scientist: Stem Cell Core Facility at the Salk Research Institute, La Jolla, CA, USA. USA Visiting Associate Researcher: Department of Molecular, Cellular, and Developmental Biology, University of California, Los Angeles (UCLA), CA, USA. USA

Visiting member: National Research Institute, Nansai, Mie, JAPAN and more. Currently, Dr. Srivastava has contributed to stem cell programs and guided stem cell policies and programs for different governments and organizations, as well as helping



the central stem cell facilities at the Salk Research Institute, San Diego, USA. USA He worked for the stem cell program for the University of California, Los Angeles, USA. USA He worked for the Japanese Research Institute for the development of the genomic program, Japan Guided scientists in the development of the stem cell program for Turkey, Kuwait

and Saudi Arabia. Director of the GIOSTAR stem cell program for the State of Gujarat, India, Director of the GIOSTAR stem cell program for the State of Madhya Pradesh, India.

Thanks to Dr. Anand's work, extensively researched protocols, and a humanitarian vision, people now have the option to improve their lives.

# Doctor Anand Srivastava

---

Es conocido como el pionero en el campo de la investigación con células madre y el fundador y líder de GIOSTAR. Con más de 15 años en el campo de la investigación, su éxito tiene sus raíces en su experiencia única en biología de células madre, biología molecular, inmunología, terapia génica e investigación clínica. Es presidente y cofundador del Instituto Global de Terapia e Investigación con Células Madre (GIOSTAR) con sede en San Diego, California (EE. UU.).

Bajo su liderazgo creativo, un grupo de estimados científicos y clínicos han desarrollado y establecido la terapia con células madre para varios tipos de enfermedades autoinmunes y trastornos sanguíneos. La amplia experiencia del Dr. Anand Srivastava es frecuente en la investigación clínica y está diseñada para encajar perfectamente con los proyectos GIOSTAR para la investigación de trasplante de células madre, cáncer y terapia génica.

Es miembro de varios comités de revisión científica y ha escrito distinguidos artículos de revisión y manuscritos científicos.

Además de eso, el Dr. Srivastava ha dedicado su vida a la investigación, y su trabajo ha sido presentado en varias reuniones y conferencias científicas nacionales e internacionales en India, Japón, Alemania, Corea, China, Bahamas y Estados Unidos.

Desde 1997 hasta la actualidad, el Dr. Anand ha ocupado numerosos puestos importantes en universidades e institutos de renombre en todo el mundo: Científico principal: Stem Cell Core Facility en el Salk Research Institute, La Jolla, CA, EE. UU. Investigador asociado visitante: Departamento de Biología Molecular, Celular y del Desarrollo, Universidad de California en Los Ángeles (UCLA), CA, EE. UU.

Miembro visitante: Instituto Nacional de Investigación, Nansai, Mie, JAPÓN y más. Actualmente, el Dr. Srivastava ha

contribuido para los programas de células madre y ha guiado las políticas y programas de células madre para diferentes gobiernos y organizaciones, además ayudó a las instalaciones centrales de células madre en el Salk Research Institute, San Diego, EE. UU. Trabajó para el programa de células madre para la Universidad de California, Los Ángeles, EE. UU. Trabajó para el Instituto Japonés de Investigación para el desarrollo del programa genómico, Japón Científicos guiados en el desarrollo del programa de células madre para Turquía, Kuwait y Arabia Saudita. Director del programa de células madre, de GIOSTAR para el Estado de Gujarat, India, Director del programa de células madre de GIOSTAR para el estado de Madhya Pradesh, India.

Gracias al trabajo del Dr. Anand, los protocolos ampliamente investigados y la visión humanitaria, las personas ahora tienen la opción de mejorar su vida.





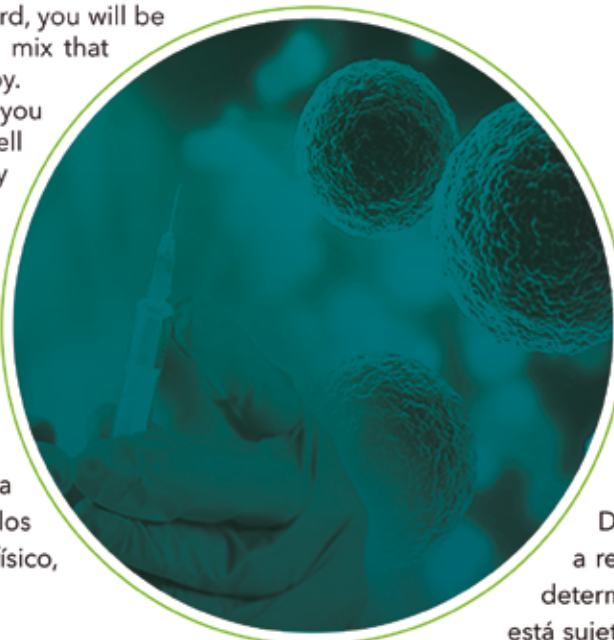
## STEM CELL THERAPY

The natural way to improve your quality of life!

Chronic diseases or physical injuries lead to tissue and organ damages that compromise the quality of life of individuals. As each patient is different, here at **GIOSTAR Mexico** we develop personalized protocols for each patient, although they may suffer from the same condition they are not the same. This is because genetics and other circumstances such as deterioration, overall health, nutrition and past treatments can affect differently how they answer to the therapy.

Once you arrive at **GIOSTAR Mexico** facilities, our staff will be providing the transportation to the clinic where you'll meet the medical staff and the doctor in charge of your therapy, whom you'll have a consultation previous to the therapy where you will be explained all the process and where all your doubts will be cleared. Afterward, you will be receiving a personalized nutritional mix that will maximize the effect of the therapy. On the second day of your therapy you will be receiving the stem cell transplant, as well as oxygen therapy and multivitamins.

Las lesiones musculares o enfermedades crónicas pueden causar daño en el tejido y en los órganos comprometiendo así, la calidad de vida de los individuos. La terapia con células madre es utilizada para restaurar las funciones perdidas de los órganos causadas por el daño físico, biológico o por la edad.



En **GIOSTAR México** ofrecemos terapias personalizadas con células madre para enfermedades degenerativas, lesiones musculares y anti envejecimiento. Como cada paciente es diferente, en **GIOSTAR México** desarrollamos protocolos personalizados para cada paciente porque, aunque pueden padecer de la misma condición, no son iguales. Esto se debe a la genética y otras circunstancias como el deterioro debido a su condición, su salud general, nutrición y tratamientos pasados pueden afectar como responde cada paciente a la terapia.

Una vez que llegas a las instalaciones de **GIOSTAR México**, nuestro personal le proveerá el transporte a la clínica donde conocerá al equipo médico y al doctor a cargo de su terapia, quien le dará una consulta previa a la terapia donde le explicará el proceso de su terapia, así como las dudas que pueda tener. Después, recibirá una mezcla nutricional personalizada para maximizar el efecto de su terapia.

During the last day of your therapy, you will receive oxygen therapy once again. This process is determined by your personalized protocol and is subject to changes according to the medical team decision.

Visit our website [giostarmexico.com](http://giostarmexico.com) or call to our toll free number 833 446 7827 for more information about our personalized stem cell therapy.

**TOLL FREE NUMBER**  
**833 - GIOSTAR**  
**833 - 446 - 7827**

En el segundo día de su terapia recibirá el trasplante de células madre, así como oxígeno-terapia y un multivitamínico.

Durante el último día de su terapia, volverá a recibir la oxígeno-terapia. Este proceso es determinado por su protocolo personalizado y está sujeto a cambios de acuerdo a las decisiones del equipo médico.

Visite nuestra página [giostarmexico.com](http://giostarmexico.com) o llame a nuestra línea gratuita 833 446 7827 para más información acerca de nuestra terapia personalizada de células madre.

**LÍNEA GRATUITA**  
**833 - GIOSTAR**  
**833 - 446 - 7827**

# STEM CELLS and Latin - American

Stem Cells, Mesenchymal, PRP Cells; are a group of treatments that today are renewing innovating and contributing to clinical efforts for the understanding of human health and disease cycles.

This therapeutics in rapid development since Dr. John B. Gurdon and Dr. Shinya Yqmanaka received the Nobel Medicine Prize in 2012, for “the discovery that mature cells can be reprogrammed to become pluripotent” has found the way to seep into the most orthodox currents, finding points of view, research management, ethical-scientific regulations committees, for and against. What is a reality today, is that the data report an increase in the number of treatments registered to be discussed by committees of world experts in the different fields of application as well as the demand on the applicants.

A portrait of Dr. Jorge A. Araiza, a man with a beard and glasses, wearing a dark suit jacket over a light blue shirt. He is standing with his hands in his pockets against a dark blue background with glowing circular patterns.

**JA** Dr. Jorge A. Araiza  
Especialista en Restauración y Regeneración Capilar



The contribution of Dr. Yamanaka gave solution to the technical, religious, and immunological conflicts derived from the use of embryonic stem cells in tissue engineering research through the development of mesenchymal stem cells derived from autologous tissue fractions for which it was more simple to find areas for research, protocolization, implementation, fields of application and monitoring that have increased the quality of life on users worldwide.

The ethical, normative frame-works for the research and development of treatments, differs from border to border according to cultural, social, religious, economic statutes and scientific agreements of each place; In Latin America, favorable environments were found to implement care protocols which today generates a flow of patients across borders that seek this type of treatment in countries where their exchange rate significantly favors the purchasing power over health and access to treatments that otherwise might not be within your reach.

Today, stem cell therapies are applied in much part of Latin America, like México, Chile, Venezuela, Puerto Rico, Costa Rica, Nicaragua to name a few; In 2017, the FDA through a statement gave a period of 3 years, for US companies to describe their products

and treatments in order to determine if they meet the requirements of the medications that require authorization of The administration; Multidisciplinary teams carry out thorough clinical examinations and analyzes to determine the risk - benefit as well as the impact on the quality of life of each one of the cases in which this treatment may be an alternative to a reserved prognosis.

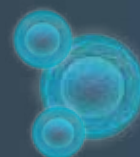
The different scientific committees have agreed that regulation through systems described by those involved in the areas of application should regulate their administration since this type of phenomena can lead to iatrogenesis; Their administration agrees that it is necessary to develop specific technical skills such as injecting bone marrow extracts or platelets into knees under sterilization protocols and specific clinical trial protocols.

Today 30 million Americans suffer from osteoarthritis including the nearly 14 million who suffer from knee problems according to the Arthritis Foundation of US , and several patients rely on testimonials and other informal tests to accept treatments; However, we must take into account that the experiences that are told by word of mouth do not replace rigorous studies.

*M.D MsC Jorge Araiza*

# LAS CÉLULAS MADRE

## en Latinoamérica



Células Madre, Stem Cells, Células Mesenquimales; Los tratamientos con células madre hoy en día están renovando, innovando y contribuyendo en los esfuerzos clínicos en pro de la comprensión de los ciclos de salud y enfermedad del ser humano.

Esta terapéutica en desarrollo acelerado desde que el Dr. John B. Gurdon y el Dr. Shinya Yamanaka recibieron el premio Nobel de Medicina en el año 2012, por “el descubrimiento de que las células maduras se pueden reprogramar para convertirse en pluripotentes” ha encontrado la manera de filtrarse hasta las corrientes más ortodoxas, encontrando puntos de vista, gestión de investigaciones, comités de regulaciones ético-científicas, a favor y en contra. Lo que es una realidad es que los datos reportan aumento en el número de tratamientos inscritos para ser debatidos por comités de expertos en los distintos campos de aplicación, así como la demanda en los solicitantes.

La aportación del Dr. Yamanaka dió solución a los conflictos técnicos, religiosos,

inmunológicos derivados por el uso de células madre embrionarias en las investigaciones en la ingeniería de tejidos, mediante el desarrollo de células madre mesenquimales, derivadas de fracciones de tejido autólogo para las cuales resultó más simple encontrar áreas para su investigación, protocolización, implementación, campos de aplicación y seguimiento documentado que han incrementado la calidad de vida de usuarios alrededor del mundo.

Los marcos éticos, normativas para la investigación y desarrollo de tratamientos, difiere de frontera a frontera acorde a estatutos culturales, sociales, religiosos, económicos y acuerdos científicos de cada lugar; En Latinoamérica se encontraron ambientes propicios para implementar protocolos de atención lo cual genera al día de hoy un flujo de pacientes entre fronteras que buscan este tipo de tratamiento en países donde su tipo de cambio favorece de manera importante el poder adquisitivo sobre la salud y acceso a tratamientos que de otra manera quizá no estarían a su alcance.





Al día de hoy las terapias con células madre son aplicadas en gran parte de Latinoamérica, como México, Argentina, Brasil, Chile, Colombia, Venezuela, Panamá, Puerto Rico, Costa Rica, Nicaragua por mencionar algunos; En 2017 la FDA a través de un comunicado dio un período de 3 años, para que las empresas Estadounidenses describieran sus productos y tratamientos con el fin de determinar si cumplen con los requisitos de los medicamentos que requieren la autorización de la administración, equipos multidisciplinarios realizan exploraciones clínicas y análisis exhaustivos para determinar el riesgo-beneficio así como el impacto en la calidad de vida de cada uno de los casos en los cuales este tratamiento puede ser una alternativa a un pronóstico reservado.

Los distintos comités científicos han coincidido en que la regulación a través de sistemas descritos por los

implicados en las áreas de aplicación deben regular su administración ya que este tipo de fenómenos puede derivar en iatrogenias; La administración de las mismas coinciden en que es necesario el desarrollo de habilidades técnicas específicas tales como inyectar extractos de Médula ósea o plaquetas en rodillas bajo protocolos de esterilización y de ensayos clínicos controlados.

Hoy 30 millones de estadounidenses padecen osteoartritis incluyendo a los cerca de 14 millones que padecen problemas en las rodillas según la Arthritis Foundation, y cada vez son más los pacientes que se basan en testimonios y otras pruebas informales para aceptar tratamientos; Sin embargo, debemos tomar en cuenta que las experiencias que se cuentan de boca en boca no sustituyen los estudios rigurosos.

M.D MSc Jorge Araiza.



# “ Steam cells ”

**Types and handling of these.**

**By. Dr. Ernesto Romero López**

In recent years, the popularity of stem cells has grown. Unfortunately, both from good use and bad medical practices. The lack of knowledge and guidance to the medical community and society in general.

In a modern society like ours with a quality of life increasingly diminished by stress, pollution, chronic diseases, immunological diseases, etc., in many cases, without quality of life and in search of that same quality with human dignity. Every year thousands of patients worldwide seek a miracle cure for their diseases that prevents them from living drug-free and consider that stem cells may be the answer to their requests. They go to their doctor for an orientation on stem cells, but, if the trusted doctor does not know or does not guide their patient, he looks for that treatment on his own that offers him the opportunity to change his life. In your pilgrimage in search of your treatment or some option that benefits you in your life, you can find numerous options, some that favor you and others that only put your health at risk with pseudo treatments.

This wide variety of options that the patient can find, some of these would put their life at risk, as there will be many others that would not cause them any harm, in the best of cases several of them will simply not be functional, that is, they will not help efficiently, they do not give optimal regeneration.

The stem cells authorized worldwide are those of hematopoietic origin (from bone marrow or umbilical cord) and adult stem cells or mesenchymal stem cells (for chronic degenerative diseases, autoimmune or anti-aging treatments), these can be of Wharton gelatin origin, of villi chorionic tissue of placenta, adipose tissue, endometrial tissue, dental pulp etc.

## **Cells of Hematopoietic Origin**

### ***Hematopoietic cells of bone marrow***

They are mainly for treating blood-borne diseases such as Leukemia, among others. The bone marrow offers great benefits and great diversity of blood cells and mesenchymal cells

among other cell types. But it is important to take into account the compatibility between donor and recipient.

In some protocols the bone marrow is used as a source of allogenic mesenchymal cells (cells from a donor). In this type of procedure, the aim is to take advantage of the presence of stem or mesenchymal cells in the bone marrow (but the concentration of mesenchymal stem cells is much lower than in other tissues). The bone marrow extraction procedure must be carried out under strict hygiene and sterility measures and with a team of specialists.

## **Umbilical cord blood Stem Cells**

This type of treatment with hematopoietic cells, if its use is limited to the low concentration of blood that is collected from the umbilical cord, this limits it to children with little weight and normally when the disease is genetic or immunological it is not advisable to use the blood itself of the patient.

## **Adult Stem or Mesenchymal Stem Cells**

Treatments with stem or mesenchymal stem cells have been growing in the last decade worldwide, mainly in Latin America where the authorities have adapted their health laws to control and monitor good medical practices in the use of these.

Mesenchymal cells, regardless of their origin, can be autologous or allogenic (donor).

It is important to mention that in the process of culture, expansion and extraction of mesenchymal cells, mistakes can be made that affect the quality and viability of the cells and this directly affects the beneficial result in the patient. The laboratory must control and deliver a quality finished product with viable cells that are integral in their structure and functionality.

If the Laboratory fails in cell expansion and in the cell harvesting process, we can have a product with damaged, non-functional



or dead cells, which logically would not have the regeneration process expected by the patient. When the doctor does not know the process of cultivating and harvesting stem cells, it is difficult for him to tell if the cell concentrate is viable or not. Many laboratories do not have a quality control in their final product. In these cases we will not have a favorable result for the patient.

In addition to the risks of contamination, the cells face another risk when they are removed from the culture flask. The extraction can be carried out by mechanical means which can seriously damage the cell and its membrane. Trypsin is an enzyme that favors the extraction of cells that, when used correctly, the cell remains undamaged, but used incorrectly can damage the cell membrane and even destroy cells as a whole. To extract the cell from its culture flask, it must be exposed to trypsin for 3 to 5 minutes. With close monitoring under a microscope and detect the first signs of cell damage and thus be able to neutralize the enzyme before it continues to damage the cell membrane. This method, used correctly, allows us to obtain cells

that are integrated in their structure and functionality.

One of the great errors of the laboratories that are dedicated to selling cells in a multilevel system, is caused by the large amount of work that is had in the laboratory and there is no control over the exposure time of the enzyme to the culture medium prolonging contact with the cell, obtaining mostly a high percentage of damaged cells in its cell membrane and this damage prevents the stem cell from performing its regeneration functions and another percentage may be dead cells, for this reason it is important that our The doctor has experience in the entire process that involves cell culture and can detect cell concentrates with a high percentage of damaged cells.

Finally, a no less important point is the care of the cold network for the transport of cells to their destination. If the cooling material is not enough after a time of more than 2 hours at room temperature, the cells will be subjected to a significant stress and on the contrary, an excess of cooling material can freeze the cell concentrates. Thus having the death of all the cells that are transported.

As we can realize, to take the integral and functional cells from the laboratory to the patient, measures must be taken with strict ethical and professional control in good medical and laboratory practices.

Cells are the functional and structural unit of our body, but let's not forget that no matter how small we see them, they contain the genetic material for all our functions, from the smallest to the most vital, and despite the fact that a cell is so fragile, human beings We humans are the reflection of our cellular functions.

As mentioned by some ancient Greek philosophers who analyzed and predicted the path the search for human health would take at the time, Hippocrates mentioned:

***“The natural forces within us are what truly cure disease.”***

In despair over an agonizing illness and in order to maintain hope in the sick, Aristotle added:

***“Hope is the dream of the waking man”***

I believe that with these phrases of these great philosophers it is concluded that the stem cell provides the ideal treatment for many diseases from within, giving hope to the patient and his family.

# “ Células Madre ”

## Tipos y manejo de estas

Por. Dr. Ernesto Romero López

En los últimos años ha crecido la popularidad de las células madre. Desafortunadamente, tanto por el buen uso como por las malas prácticas médicas, esto debido a la falta de conocimiento y orientación a la comunidad médica y sociedad en general.

En una sociedad moderna como la nuestra con una calidad de vida cada vez más mermada por el estrés, contaminación, enfermedades crónicas, inmunológicas etc., en muchos casos, sin eficacia, nos ha llevado a buscar dicha calidad con dignidad humana. A nivel mundial cada año miles de pacientes buscan una cura milagrosa a sus enfermedades que les impide vivir libre de medicamentos y consideran que las células madre pueden ser la respuesta a sus peticiones. Acuden a su médico para una orientación sobre células madre, pero, si el médico de confianza no conoce o no orienta a su paciente, éste busca por su propio medio ese tratamiento que le ofrece la oportunidad de cambiar su vida. En su peregrinar en busca de su tratamiento o alguna opción que le beneficie en su vida, puede encontrar numerosas opciones, unas que le favorecen y otras que solo ponen en riesgo aún más su salud con pseudo tratamientos. Esta gran variedad de opciones

que el paciente puede encontrar, algunas de ellas pondrían en riesgo su vida, como habrá otras tantas que no les generarían daño alguno, en el mejor de los casos varias de ellas, simplemente no serán funcionales, es decir, no ayudan de forma eficiente, no dan una regeneración óptima.

Las células madre autorizadas a nivel mundial son las de origen hematopoyético (de médula ósea o cordón umbilical) y las células madre troncales o mesénquimales adultas (para enfermedades crónicas degenerativas, autoinmunes o tratamientos anti-envejecimiento), estas pueden ser de origen gelatina Wharton, de vellosidad coriónicas de placenta, tejido adiposo, de endometrial, pulpa dental etc.

### Las células de Origen Hematopoyético Células Hematopoyético de médula Ósea

Son principalmente por tratar enfermedades de origen sanguíneo como Leucemia, entre otras. La médula Ósea ofrece grandes bondades y gran diversidad de células sanguíneas y de células mesénquimales entre otros tipos celulares. Pero es importante tener en cuenta la compatibilidad entre el donante y receptor.

En algunos protocolos se usa a la médula ósea como fuente de células mesénquimales alogénicas (células de un donador).

En este tipo de procedimientos lo que se busca aprovechar la presencia de células troncales o mesénquimales en la médula ósea (pero la concentración de células madre mesénquimales es mucho menor que en otros tejidos). El procedimiento de extracción de médula ósea se debe de llevar a cabo bajo estrictas medidas de higiene y esterilidad y con un equipo de especialistas.

### Células madre de sangre de cordón umbilical

Este tipo de tratamientos con células hematopoyéticas, su uso está limitado a la poca concentración de sangre que se recolecta del cordón umbilical, esto la limita a niños con poco peso y normalmente cuando la enfermedad es genética o inmunológica no se aconseja usar la propia sangre del paciente.

### Células Madre Troncales o Mesénquimales Adultas

Los tratamientos con células madre troncales o mesénquimales, están creciendo en la última década a nivel mundial principalmente en Latino América en donde las autoridades han adaptado sus leyes sanitarias para controlar y vigilar las buenas prácticas médicas en el uso de éstas.

Las células mesénquimales independientemente de su origen pueden ser autólogas

o alogénicas (donador). Es importante mencionar que en el proceso de cultivo, expansión y extracción de las células mesénquimas se pueden cometer errores que afecten la calidad y viabilidad de las células y esto afecta directamente el resultado beneficioso en el paciente. El laboratorio debe controlar y entregar un producto terminado de calidad con células viables e íntegras en su estructura y funcionalidad. Si el Laboratorio falla en la expansión celular y en el proceso de cosecha de las células, podemos tener un producto con células dañadas no funcionales o muertas, que lógicamente no tendría el proceso de regeneración esperado por el paciente. Cuando el médico no conoce el proceso del cultivo y cosecha de las células madre es difícil que se pueda dar cuenta si el concentrado celular es viable o no. Muchos laboratorios no cuentan con un control de calidad en su producto final. En estos casos no tendremos un resultado favorable en el paciente.

Además de los riesgos de contaminación, las células enfrentan otro riesgo al ser extraídas del frasco del cultivo. La extracción se puede realizar por un medio mecánico el cual puede dañar seriamente a la célula y su membrana. La tripsina es un enzima que favorece a la extracción de las células que, cuando se utiliza en forma correcta la célula queda sin sufrir daño, pero usada en forma incorrecta puede dañar la membrana celular e incluso destruir a las células en su totalidad. Para extraer a la célula de su frasco de cultivo se debe exponer a la tripsina entre 3 y 5 minutos. Con una estrecha vigilancia con microscopio y detectar las primeras señales de daño celular y así poder neutralizar la enzima antes que siga dañando la membrana celular. Este método utilizado correctamente nos permite obtener células íntegras en su estructura y su funcionalidad.

Uno de los grandes errores de los laboratorios que se dedican a vender células en sistema de multinivel, es provocado por la gran cantidad de trabajo que se tiene en el laboratorio y no se tiene un control sobre el tiempo exposición de la enzima al medio de cultivo prolongando el contacto con la célula, obteniéndose en su mayoría un alto porcentaje de las células dañadas en su membrana celular y este daño evita que la célula madre realice sus funciones de regeneración y otro porcentaje pueden ser células

muertas, por este motivo es importante que nuestro médico tenga la experiencia en todo el proceso que involucra el cultivo celular y poder detectar concentrados celulares con un alto porcentaje de células dañadas.

Finalmente, un punto no menos importante es el cuidado de la red fría para el transporte de las células a su destino. Si el material refrigerante no es suficiente después de un tiempo de más de 2 horas a temperatura ambiente, las células estarán sometidas a un estrés importante y en caso contrario un exceso de material refrigerante puede llegar a congelar a los concentrados celulares. Teniendo así la muerte de todas las células que son transportadas.

Como nos podemos dar cuenta para llevar a las células íntegras y funcionales desde el laboratorio hasta el paciente se tienen que tener medidas con un estricto control ético y profesional en las buenas prácticas médicas y de laboratorio.

Las células son la unidad funcional y estructural de nuestro cuerpo, pero no olvidemos que por más pequeñas que las veamos contienen el material genético de todas nuestras funciones, desde las más pequeñas hasta las más vitales y a pesar que una célula es tan frágil, los seres humanos somos el reflejo de nuestras funciones celulares.

Como lo mencionaron algunos filósofos griegos de antigüedad que analizaron y predijeron el camino que tomaría la búsqueda de la salud humana en su momento Hipócrates mencionó:

***“Las fuerzas naturales que se encuentran dentro de nosotros son las que verdaderamente curan las enfermedades”.***

Ante la desesperación por una enfermedad agónica y con el fin de mantener la esperanza en el enfermo Aristóteles agregó:

***“La esperanza es el sueño del hombre despierto”***

Considero que con dichas frases de estos grandes filósofos se concluye que la célula madre proporciona el tratamiento ideal para muchas enfermedades desde nuestro interior dándole esperanza al enfermo y a su familia.



**#1 DENTAL CLINIC**  
in Los Algodones B.C.



Alamo St., 21970  
Los Algodones,  
Baja California, Mexico

Call us at:  
(928)-257 1307

Visit  
[sanidentalgroup.com](http://sanidentalgroup.com)

*Si nos preguntan  
nuestra respuesta es simple:  
Somos solucionadores.*



PISCIS ENTERPRISE  
RELACIONES PÚBLICAS



*Estaremos esperando tu correo  
[hola@piscisenterprise.com](mailto:hola@piscisenterprise.com)*

*o visitanos en  
[www.PiscisEnterprise.com](http://www.PiscisEnterprise.com)*

# COZUMEL



## Island

Isla de las Golondrinas in Mayan

QUINTANA ROO

CONSEJO DE PROMOCIÓN TURÍSTICA





Formerly known as Kuzamil, which means, Isla de las Golondrinas in Mayan, **Cozumel** is the largest island in the Mexican Caribbean, being the name of its city, “San Miguel”. Rich in history, Mayan vestiges and natural wonders; a true paradise in the middle of the sea with white beaches, beautiful sunsets and world famous for its spectacular coral reefs. Listed as the best place in the world to Dive after the great coral reef in Australia.

It is a destination for adventure, relaxation and the most visited by Cruises in the World, where all kinds of activities are carried out in impressive natural settings and, of course, a perfect place to carry out any type of medical intervention.

All these reasons led us to investigate this beautiful island in the Mexican Caribbean and the photographs and videos we found of it, aroused even more our curiosity and desire for adventure.

Flights to the Cozumel International Airport arrive from airlines from the United States, Canada and Mexico; as well as light planes or helicopters that leave the Playa del Carmen Aerodrome. Currently they have direct flights available from Miami, Houston, Chicago, Dallas, Atlanta, Charlotte, Detroit, Minneapolis, Montreal & Toronto as well as direct flights from Mexico City, Guadalajara, Monterrey, as well as the Cancun - Cozumel airlift.

On this occasion, our travel itinerary placed us on a direct flight to Cancun through **Volaris**, a proudly Mexican airline that certainly stands out for its punctuality and extensive variety of direct flights between various cities in the United States and Mexico. This allowed us not only to check their punctuality upon





arrival, but also gave us the opportunity to travel in time the route from Cancun to Playa del Carmen with the luxury transport company **LUXTRIP**, in which our staff and team traveled with total comfort and absolute discretion, due to its spacious luxury vans and friendliness of all its staff, who welcomed us with a refreshing drink, a service that has characterized them for more than 15 years working with distinguished customers. Cozumel is located east of the Yucatan Peninsula in the state of Quintana Roo, 20km from the port of Playa del Carmen. The most used means of transportation to get to Cozumel is by the ferry that connects to the island. These passenger ships operate continuously every hour, being a journey of approximately 35 minutes. They also have a car ferry leaving Calica, located ten minutes from Playa Del Carmen.

We travel in the best ferry option, relaxing inside in the cabin, which had spacious and comfortable seats, but if you prefer you can choose on the outside, which we enjoyed on part of the journey, allowing us to enjoy the sea breeze and the beautiful sunset panorama of Cozumel in the distance; all this from a colorful **ULTRAMAR** vessel, all of which are modern and with exceptional quality and travel service, plus entertainment, live music, food and drinks.

Cozumel offers cozy lodging options. All with the seal of warmth in service and renowned Mexican hospitality. Upon arrival at our destination, our team was divided, in order to enjoy two excellent hotels. A part





of the team stayed at the very well located and beautiful **Hotel Casa Mexicana**, which has beautiful views from its rooms towards the sea and one of the docking ports for cruise ships. The other part we managed





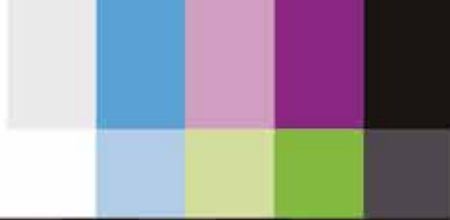


to receive all the qualities and attentions in the **Cozumel Palace**, an All Inclusive Resort, with beautiful luxury rooms, 24-hour room service, Jacuzzi, all its rooms with sea views as well as several restaurant options, it is possible highlight its exquisite gastronomic variety and excellent service from the staff, entertainment, as well as other services, without forgetting that they have a very good location to enjoy a good walk to the center of Cozumel, being Benito Juárez the name of its main square.

*continued on page 68...*



**volaris**



**LAS RUTAS DE ESTRENO  
VOLARIS PRESENTAN:  
COZUMEL -  
CIUDAD DE MÉXICO**



*"Cuando se trata de diversión en familia,  
esta entrega sin duda es difícil de superar."*

– Viajecritic

**Vuela ahora a una mágica aventura  
a precios de DVD en [volaris.com](http://volaris.com)**

*Volemos diferente.*





# LUX TRIP

ELEGANCE TRAVEL

PRIVATE TRANSPORTATION  
CANCÚN & RIVIERA MAYA

[www.luxtripcancunriviera.com](http://www.luxtripcancunriviera.com)



Cancun International Airport



(998) 8452854



[contacto@luxtripcancunriviera.com](mailto:contacto@luxtripcancunriviera.com)





# Types Treatments within Fertility Problems

## \* *In Vitro Fertilization IVF*

This treatment can help you conceive if you find yourself in the following situations:

- If you have trouble ovulating.
- If you have problems with the quality of your eggs.
- If your fallopian tubes are blocked.
- If you have endometriosis.
- If your partner has a low sperm count or his sperm has little mobility.
- If you are using an egg donor or if other treatment methods have not worked.

In vitro fertilization may also be an option for couples who have tried other treatments without success or for those who suffer from infertility but have not received any specific diagnosis, which is also known as infertility with no apparent or explainable cause.

What is in vitro fertilization like?

The treatment steps could be as follows:

- Ovarian stimulation. Eight to 14 days near the start of your menstrual cycle, you will need to take gonadotropin or gonadotropin, a class of fertility medication that will stimulate your ovaries to produce several mature eggs for fertilization (instead of just one egg).

You will also need to take a synthetic hormone called Lupron or Cetorelix that

will prevent you from releasing your eggs too early.

- Development of follicles. While you are taking these medications, you will need to visit the office or clinic every two to three days for your doctor to check your hormone levels in the blood, and take measurements of your ovaries using ultrasound (ultrasound). This allows your doctor to monitor the development of the follicles (the fluid-filled sacs where the eggs mature).

- Maturation injection. When the follicles are ready, they will give you an injection that causes the eggs to fully mature and ready for fertilization. After about 36 hours after the injection, your eggs are ready to be removed.

- Egg retrieval. The doctor will give you an anesthetic and insert a catheter through the vagina with the help of an ultrasound (ultrasound). That will help you check your ovaries and identify the follicles. To remove the eggs from the follicles, you will use a thin needle through the vaginal wall.

Typically, eight to 15 eggs are collected. You may experience minor cramping and light bleeding on successive days, but most women feel fine after a couple of days.





- **Fertilization.** An embryologist (a scientist who specializes in eggs, sperm, and embryos) will examine your eggs before combining them with your partner's sperm and allowing them to hatch overnight. Fertilization normally occurs at this time, but eggs that are not normal may not be fertilized.

If sperm quality is poor or fertilization was not successful in other previous IVF cycles, your doctor may recommend a procedure called intracytoplasmic sperm injection, or IIE (ICSI), where a single sperm is directly injected into a mature egg.

- **Development of the embryos.** Three days after the removal of the eggs, some of those that were successfully fertilized will form six to 10 cell embryos. By the fifth day, some of those embryos will become blastocysts, with a cavity filled with fluid and tissue that will begin to separate to form the placenta and the baby.

- **Selection of embryos.** The embryologist will select the most viable embryo (s) to place in your uterus three to five days after removal. The remaining embryos, if any, can be frozen for use in future IVF cycles.

- **Embryonic implantation.** Depending on your age and diagnosis, the doctor will place between one and five of the embryos into your uterus through a thin catheter that will be inserted through the cervix.

You may feel some cramping, but you will not need anesthesia.

- **Successful implementation.** If the treatment works, an embryo will implant into the wall of the uterus and continue to develop into a baby. Keep in mind that if you have more than one embryo implanted, your chance of pregnancy is greater, but also that of a multiple pregnancy. About 20 percent of IVF pregnancies result in twins, triplets, or more.

You will be able to have a pregnancy test about two weeks after the embryos have been placed in your uterus.

Completing an IVF cycle takes approximately four to six weeks.

You will have to allow a few weeks for your eggs to mature. Then you will stay together with your partner approximately half a day in the office or clinic where they will remove your eggs and make fertilization occur.

You will need to return two to five days later for the eggs to be inserted into your uterus, although you will be able to go home the same day.

The results of in vitro fertilization vary greatly depending on fertility problems and the ages of the couples. Younger women generally have healthier eggs and success rates are higher.

The probability of giving birth to one or more babies is approximately the following, based on data from the North

American level (Canada and the United States):

- 40% for women 34 years and younger.
- 31% for women between 35 and 37 years old.
- 21% for women between 38 and 40 years old.
- 11% for women between 41 and 42 years old.
- 5 percent for women age 43 and older.

#### **\*Artificial insemination**

Artificial insemination or intrauterine insemination (IUI) is a resource for cases where the fertility problem is in the form or mobility of sperm on the male side.

Artificial insemination improves their ability to reach the tubes, where they meet the egg to be fertilized.

#### **\*ICSI (Intracytoplasmic Injection) ProVida**

ICSI (intracytoplasmic sperm injection) is a procedure that began to be developed in Belgium in 1992, the ICSI technique is a highly specialized

In Vitro Fertilization, where only a previously selected sperm is required to be microinjected into the egg. Our specialist biologists hold a single egg at the tip of a fine-suction pipette and penetrate it with a needle approximately seven times thinner than a hair. All of this is done through a powerful microscope and microscopic manipulation instruments.

With this technique we treat infertility in patients with few sperm, with low sperm mobility, and also in patients without sperm in the ejaculate. In the latter case, the sperm are obtained by means of a testicular biopsy. As for women, they must undergo the procedure of gentle stimulation or controlled ovarian hyperstimulation and the collection of eggs.

The ICSI technique is commonly recommended in the following cases:

- Patients in whom the egg retrieval is low.
- Women over 40 years old
- Conventional IVF where there was no fertilization.
- Couples with two IVF attempts, with embryo transfer, but without pregnancy

• Couples with generic problems, in this case it is necessary to subject the embryos to preimplantation diagnosis, in order to rule out any genetic abnormality.

The probability of ICSI pregnancy is 50% in women younger than 38 years.

#### **\*Scheduled Relationships (Intercourse) ProCrea**

It is the assisted reproduction technique that seeks to optimize the ovulation period to schedule sexual intercourse in order to achieve a pregnancy. It is mainly used in young couples with mild infertility problems or looking for an alternative to traditional assisted reproductive techniques.

For programmed intercourse it is necessary to verify the health of the tubes and ovules, as well as determine the fertile period using different methods such as urinary monitoring, an ultrasound to visualize the maturation of the follicle, checking consistency in cervical mucus or changes in basal body temperature. In some cases, the use of medications to induce ovulation is recommended, if



fertilization is not achieved after several cycles, it will be necessary to use another method to achieve pregnancy.

**\* PGD (Preimplantation Genetic Diagnosis) ProVida**

Preimplantation genetic diagnosis (PGD) is a method of analysis that is used in conjunction with in vitro fertilization (IVF) and allows only embryos free of chromosomal and genetic abnormalities to be transferred to the maternal uterus.

PGD is indicated for couples at risk of transmitting genetic diseases, as well as with a clinical history of recurrent abortions and implantation failure after several IVF cycles. Similarly, it is recommended for women over 35 years old and men with alterations of sperm meiosis (in which the sperm have more or less chromosomes).

There are various techniques to analyze the chromosomes of an embryo for genetic diseases. The most common, called FISH, allows only 12 of the 23 pairs of chromosomes in each cell to be analyzed and is imprecise. For its part, the micro-arrangement technique makes this possible. determine the complete chromosomal composition of an embryo in a single cell and its accuracy is between 96 and 98 percent.

The transfer of embryos analyzed by microarrays a receptive uterus increases the probability of having a baby to between 60 and 70 percent.

After the age of 35, a woman's fertility decreases considerably and her chances of forming embryos with an unfavorable genetic load increase. In order to deselect the embryos with the greatest potential and help you realize your dream of having a baby at home.

PGD is carried out on the third day of embryonic development, when the embryo has approximately eight identical cells or blastomeres, each of which contains all the genetic information that could constitute the individual.

In order to carry out the preimplantation genetic diagnosis (PGD), it is necessary to carry out an embryonic biopsy, which consists of making a small opening in the surface of the embryo, through which a micropipette that sucks from one to 15 cells is introduced, without affecting development of the embryo.

Once the cell is obtained by means of micro manipulation techniques, with the PGD technique a genetic analysis is performed to determine if an embryo contains the normal number of chromosomes that must be present in humans.

Before carrying out the embryo transfer, it is necessary to wait 48 hours for the results of the analysis and allow the embryos to develop until the blastocyst phase in the laboratory. This facilitates the selection of the highest quality embryos with the highest implantation power.

### \* **PICSI Ingemes**

The In Vitro Fertilization (PICSI) technique was designed to improve the practice of intracytoplasmic sperm microinjection (ICSI), in which a single sperm is selected and injected into the egg to achieve fertilization.

The use of PICSI is recommended for couples with sperm abnormalities or for those who have undergone conventional intracytoplasmic sperm injection (ICSI) without obtaining the desired results.

This In Vitro Fertilization technique makes it possible to select a competent sperm based on its ability to bind hyaluronic acid, the main component of the cells that surround the egg.

Only mature sperm have receptors on their plasma membrane that allow them to achieve this binding, and the presence of these receptors correlates with higher DNA integrity and fewer chromosomal abnormalities. Sperm selected in this way are of higher quality than those conventionally selected by observation.

The PICSI technique is a sterile culture plate with three hyaluronic acid hydrogel microdots on the inner bottom. It also has three localization lines in relief on the outer bottom to help the reproduction specialist find the microdots.

Once the sperm to be used in intracytoplasmic sperm microinjection (ICSI) is attached to hyaluronic acid, it is easily removed with a micropipette.

The selection of sperm using this In Vitro Fertilization technique allows obtaining better fertilization and pregnancy rates and reduces the chances of abortion.

### \* **Epididymal Sperm Aspiration (Table - Weight) ProVida**

PESA or MESA techniques are used to collect sperm in men who have an epididymal obstruction, after a vasectomy or in the absence of the vas deferens.

There are cases in which the patient does not have sperm in the ejaculated semen sample, but they are present in the reproductive tissues. In these cases, certain interventions can be performed to capture sperm from these tissues, such as PESA (Percutaneous Epididymal Sperm Aspiration) and MESA (Epididymal Sperm Aspiration).

Depending on the concentration of sperm observed, their motility, as well as the number of cells present in the sample, it can be used for IUI, IVF or ICSI treatments. These are some of the treatments that we have mentioned in this installment, we will soon leave you a small list of many other treatments that are carried out in case of fertilization, as the case may be, if you want to know more about any of them or expand the information on As described, do not hesitate to write to us at [editor@healthinparadisemag.com](mailto:editor@healthinparadisemag.com) and we will gladly reply to you as soon as possible.

- ✓ *Assisted hatching*
- ✓ *Sequential Culture*
- ✓ *Cryopreservation*
- ✓ *Ovule donation*
- ✓ *Selection of Sex*
- ✓ *Reproductive Surgery*
- ✓ *Maturation of Oocytes*
- ✓ *Testicular Biopsy*
- ✓ *Oncological Patients*
- ✓ *Diabetic patients*
- ✓ *Laparoscopy and Hysteroscopy*



# Tipos Tratamientos dentro de los Problemas de Fertilidad

## \* Fertilización In Vitro FIV

---

Este tratamiento puede ayudarte a concebir si te encuentras en las siguientes situaciones:

- Si tienes problemas para ovular.
- Si tienes problemas con la calidad de tus óvulos.
- Si tus trompas de Falopio están obstruidas.
- Si tienes endometriosis.
- Si tu pareja tiene bajo recuento de espermias o su espermia tiene poca movilidad.
- Si estás usando un donador de óvulos o si no han funcionado otros métodos de tratamiento.

La fertilización in vitro también puede ser una opción para las parejas que han intentado otros tratamientos sin éxito o para las que sufren de infertilidad pero no han recibido ningún diagnóstico concreto, lo que también se conoce como infertilidad sin causa explicable o aparente.

### ¿Cómo es la fertilización in vitro?

Los pasos del tratamiento podrían ser de la siguiente manera:

- **Estimulación ovárica.** De ocho a 14 días cerca del inicio

de tu ciclo menstrual, tendrás que tomar gonadotropina o gonadotrofina, una clase de medicamento para la fertilidad que estimulará tus ovarios con el fin de que produzcan varios óvulos maduros para la fecundación (en lugar de solo un óvulo).

También será necesario que tomes una hormona sintética llamada Lupron o Cetrorelix que evitará que liberes los óvulos demasiado temprano.

- **Desarrollo de los folículos.** Mientras tomas esos medicamentos, deberás visitar el consultorio o la clínica cada dos o tres días para que el médico te controle los niveles de hormonas en la sangre, y te haga mediciones de los ovarios por medio de ecografías (ultrasonidos). Esto le permite a tu doctor monitorear el desarrollo de los folículos (los sacos llenos de líquido donde se maduran los óvulos).

- **Inyección de maduración.** Cuando los folículos están listos, te aplicarán una inyección que causa

que los óvulos maduren completamente y estén listos para la fertilización. Después de unas 36 horas de que se te aplicó la inyección, tus óvulos estarán listos para extraerse.

- **Extracción de óvulos.** El médico te dará un anestésico e insertará un catéter a través de la vagina con la ayuda de un ultrasonido (ecografía). Eso le ayudará a revisar tus ovarios e identificar los folículos. Para remover los óvulos de los folículos utilizará una aguja delgada por la pared vaginal.

Por lo general, se recolectan de ocho a 15 óvulos. Podrías sentir pequeños calambres y sangrar levemente los días sucesivos, pero la mayoría de las mujeres se sienten bien luego de un par de días.

- **Fertilización.** Un embriólogo (un científico que se especializa en óvulos, espermia y embriones) examinará tus óvulos antes de combinarlos con los espermatozoides de tu pareja y permitir su incubación durante una noche. La fertilización



normalmente ocurre en este tiempo, pero los óvulos que no son normales podrían no ser fertilizados.

Si la calidad del espermatozoides no es buena o si la fertilización no fue exitosa en otros ciclos previos de FIV, tu médico podría recomendar un procedimiento llamado inyección intracitoplasmática de espermatozoides o IIE (ICSI por sus siglas en inglés), en donde un solo espermatozoides es inyectado directamente en un óvulo maduro.

- **Desarrollo de los embriones.** Tres días luego de la extracción de los óvulos, algunos de los que fueron fertilizados con éxito constituirán embriones conformados de 6 a 10 células. Para el quinto día, algunos de esos embriones se convertirán en blastocistos, con una cavidad llena de líquido y tejido que se comenzarán a separar para formar la placenta y el bebé.
- **Selección de embriones.** El embriólogo seleccionará el o los embriones más viables para colocar en tu útero de tres a cinco días después de la

extracción. Los embriones restantes, si es que los hay, pueden ser congelados para ser usados en otros ciclos futuros de FIV.

- **Implantación embrionaria.** Dependiendo de tu edad y diagnóstico, el médico colocará entre uno y cinco de los embriones en tu útero a través de un catéter delgado que se introducirá por el cuello uterino. Podrás sentir algo de calambres, pero no necesitarás anestesia.
- **Implantación exitosa.** Si el tratamiento funciona, se implantará un embrión en la pared del útero y continuará desarrollándose hasta formar un bebé. Ten en cuenta que si te implantan más de un embrión, tu oportunidad de embarazo es mayor, pero también la de un embarazo múltiple. Cerca del 20 por ciento de los embarazos con FIV, resultan en gemelos, trillizos o más.

Podrás hacerte una prueba de embarazo alrededor de dos semanas después de que te hayan colocado los embriones en el útero.

Completar un ciclo de FIV lleva aproximadamente entre cuatro y seis semanas.

Tendrás que dejar que transcurran algunas semanas para que tus óvulos maduren. Luego permanecerás junto con tu pareja aproximadamente medio día en el consultorio o la clínica donde te extraerán los óvulos y harán que se produzca la fecundación.

Será necesario que regreses entre dos y cinco días después para que introduzcan los óvulos en tu útero, aunque podrás volver a tu casa ese mismo día.

Los resultados de la fertilización in vitro varían enormemente según los problemas de fertilidad y las edades de las parejas. Las mujeres más jóvenes generalmente tienen óvulos más sanos y los porcentajes de éxito son más elevados.

La probabilidad de dar a luz un bebé o más es aproximadamente la siguiente, en base a datos a nivel Norteamérica (Canadá y Estados Unidos):

- Un 40 % para mujeres de 34 años y menores.
- Un 31 % para mujeres de entre 35 y 37 años.
- Un 21 % para mujeres de entre 38 y 40 años.

- Un 11 % para mujeres de entre 41 y 42 años.

- Un 5 por ciento para mujeres de 43 años o mayores.

#### **\*Inseminación Artificial**

La inseminación artificial o inseminación intrauterina (IIU) es un recurso para los casos en que el problema de fertilidad está en la forma o movilidad de los espermatozoides por la parte masculina.

La inseminación artificial mejora su capacidad de llegar hacia las trompas, donde se encuentran con el óvulo para ser fertilizado.

#### **\*ICSI (Inyección Intracitoplásmica) ProVida**

La ICSI (inyección de espermatozoides intracitoplasmática) es un procedimiento que comenzó a desarrollarse en Bélgica en 1992, la técnica del ICSI es una Fecundación In Vitro altamente especializada, en donde sólo se requiere de un espermatozoide previamente seleccionado, para ser microinyectado en el óvulo. Nuestros biólogos especialistas sostienen un solo óvulo en la punta de una pipeta de succión fina y lo penetran con una aguja de aproximadamente siete veces más delgada que un cabello. Todo esto se hace a través de un potente microscopio y de instrumentos de manipulación microscópicos.

Con esta técnica tratamos la infertilidad en pacientes con pocos espermatozoides, con baja movilidad de los espermatozoides, y también en pacientes sin espermatozoides en el eyaculado. En este último caso los espermatozoides se obtienen por medio de una biopsia testicular. En cuanto a la mujer, esta debe someterse al procedimiento de suave estimulación o a hiperestimulación ovárica controlada y a la obtención de óvulos.

La técnica del ICSI comúnmente es recomendada en los siguientes casos:

- Pacientes en quienes la recuperación de óvulos es baja.
  - Mujeres mayores de 40 años
  - FIV convencional en donde no hubo fecundación.
  - Parejas con dos intentos de FIV, con transferencia de embriones, pero sin embarazo
  - Parejas con problemas genéricos, en este caso es necesario someter los embriones a diagnóstico preimplantacional, para así descartar cualquier anomalía genética.
- La probabilidad de embarazo por ICSI es de 50% en mujeres menores de 38 años.

#### **\*Relaciones (Coito) Programadas ProCrea**

Es la técnica de **reproducción asistida** en la que se busca optimizar el periodo de



ovulación para programar las relaciones sexuales con el fin de conseguir un embarazo. Se usa principalmente en parejas jóvenes con problemas de infertilidad leves o que buscan una alternativa a las técnicas de reproducción asistida tradicionales.

Para el Coito programado es necesario verificar la salud de trompas y óvulos, así como determinar el periodo fértil mediante diferentes métodos como el monitoreo urinario, una ecografía para visualizar la maduración del folículo, comprobación de consistencia en el moco cervical o cambios de temperatura corporal basal. En algunos casos se recomienda el uso de medicamentos para inducir la ovulación, si después de varios ciclos no se logra la fecundación será necesario la utilización de otro método para conseguir el embarazo.

#### **\*PGD (Diagnóstico Genético Preimplantatorio) ProVida**

El diagnóstico genético preimplantatorio (PGD) es un método de análisis que se usa en conjunto con la fertilización in vitro (FIV) y permite que sólo los embriones libres de anomalías genéticas y cromosómicas se transfieran al útero materno.

El PGD está indicado para parejas con riesgo de transmitir enfermedades genéticas, así como con historia clínica de abortos recurrentes y fallo de implantación tras varios ciclos de FIV. Del mismo modo, es recomendado para mujeres mayores de 35 años y hombres con alteraciones de la meiosis de los espermatozoides (en los que éstos tienen cromosomas de más o de menos).

Hay diversas técnicas para analizar los cromosomas de un embrión en busca de enfermedades genéticas. La más común, llamada FISH, permite analizar únicamente 12 de los 23 pares de cromosomas de cada célula y es poco precisa. Por su parte, la técnica de micro arreglos hace posible determinar la composición cromosómica completa de un embrión en una sola célula y su exactitud es de entre 96 y 98 por ciento.

La transferencia de embriones analizados mediante micro arreglos a un útero receptivo aumenta a entre 60 y 70 por ciento la probabilidad de tener un bebé.

A partir de los 35 años, la fertilidad de la mujer disminuye considerablemente y sus probabilidades de formar embriones con una carga genética poco favorable aumentan. Con el fin de seleccionar los embriones con mayor potencial y ayudarte a realizar tu sueño de tener un bebé en casa.

El PGD se lleva a cabo en el tercer día de desarrollo embrionario, cuando el embrión tiene aproximadamente ocho células idénticas o blastómeros, cada una de las cuales contiene toda la información genética que podría constituir al individuo.

Para realizar el diagnóstico genético preimplantatorio (**PGD**) es necesario efectuar una biopsia embrionaria, que consiste en hacer una pequeña abertura en la superficie del embrión, a través de la cual se introduce una micropipeta que aspira de una a 15 células, sin afectar el desarrollo del embrión.

Una vez que se obtiene la célula mediante técnicas de micro manipulación, con la técnica de PGD se realiza un análisis genético para determinar si un embrión contiene el número normal de cromosomas que deben estar presentes en los seres humanos.

Antes de llevar a cabo la **transferencia embrionaria** es necesario esperar 48 horas para los resultados del análisis y permitir que los embriones se desarrollen hasta la fase de blastocisto en el laboratorio. Esto facilita la selección de los embriones de mayor calidad y con mayor poder de implantación.

**\*PICSI Ingemes**

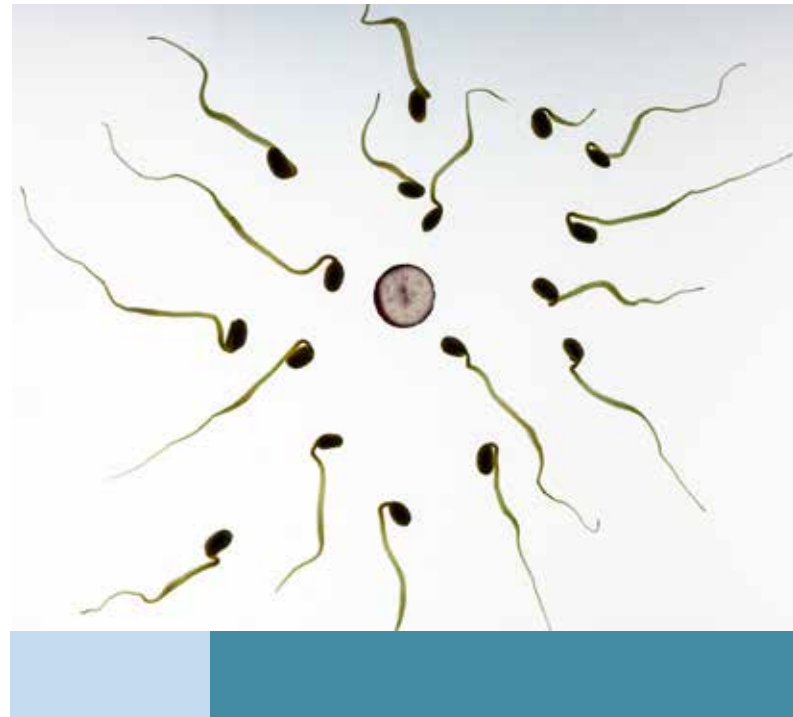
La **técnica de Fertilización In Vitro (PICSI)** fue diseñada para mejorar la práctica de la **microinyección intracitoplasmática de**

**espermatozoides (ICSI)**, en la que un sólo espermatozoide se selecciona y se inyecta en el óvulo para lograr la fertilización.

El uso de PICSI se recomienda a las parejas con alteraciones espermáticas o a aquellas que se han sometido a una **microinyección intracitoplasmática de espermatozoides (ICSI)** convencional sin haber obtenido los resultados deseados.

Esta técnica de **Fertilización In Vitro**, hace posible **seleccionar un espermatozoide** competente con base en su habilidad para unirse al ácido hialurónico, componente principal de las células que rodean al óvulo.

Solamente los espermatozoides maduros tienen receptores en su membrana plasmática que les permiten lograr dicha unión y la presencia de estos receptores se correlaciona con una mayor integridad del ADN y menos alteraciones cromosómicas. Los espermatozoides





seleccionados de este modo son de mayor calidad que aquéllos seleccionados convencionalmente por observación.

La **técnica PICSI** es una placa de cultivo estéril con tres micropuntos de hidrogel de ácido hialurónico en el fondo interior. Asimismo, tiene tres líneas de localización en relieve en el fondo exterior con el fin de ayudar al **especialista en reproducción** a encontrar los micropuntos.

Una vez que se adhieren al ácido hialurónico los espermatozoides que se usarán en la microinyección intracitoplasmática de espermatozoides (ICSI) se remueven fácilmente con una micropipeta.

La selección de espermatozoides mediante esta técnica de **Fertilización In Vitro**, permite obtener mejores **tasas de fertilización y embarazo** y reduce las probabilidades de aborto.

#### **\*Aspiración Epididimal de Esperma (Mesa - Pesa) ProVida**

Las técnicas de PESA o MESA se usan para juntar espermatozoides en hombres que padecen una obstrucción del epidídimo, luego de una vasectomía o en la ausencia de los conductos deferentes.

Existen casos en el que el paciente no presenta espermatozoides en la muestra de semen eyaculada,

pero sí están presentes en los tejidos reproductivos. En estos casos, se puede realizar ciertas intervenciones para captar los espermatozoides de estos tejidos, como son el **PESA** (Aspiración Epididimaria Percutánea de Espermatozoides) y **MESA** (Aspiración de Espermatozoides del Epidídimo).

Dependiendo de la concentración de espermatozoides observados, la motilidad de los mismos, así como de la cantidad de células presentes en la muestra, esta puede ser utilizada para tratamientos de IIU, FIV o ICSI.

Estos son algunos de los tratamientos que hemos mencionado en esta edición, enseguida te dejaremos un pequeño listado de otros tantos tratamientos que se realizan en casos de fertilización, según sea el caso. Si quieres saber más sobre alguno de ellos o bien ampliar la información de los descritos, no dudes en escribirnos a [editor@healthinparadisemag.com](mailto:editor@healthinparadisemag.com) y con gusto te responderemos a la mayor brevedad.

- ✓ *Eclosión Asistida*
- ✓ *Cultivo Secuencial*
- ✓ *Criopreservación*
- ✓ *Donación de Óvulos*
- ✓ *Selección de Sexo*
- ✓ *Cirugía Reproductiva*
- ✓ *Maduración de Ovocitos*
- ✓ *Biopsia Testicular*
- ✓ *Pacientes Oncológicos*
- ✓ *Pacientes Diabéticos*
- ✓ *Laparoscopia e Histeroscopia*





*Quality food at affordable price!*

*Casa Mission* offers their visitors a perfect spot for your breakfast, lunch or dinner. It is a beautiful space framed by exotic birds and ancient trees. If you are visiting Cozumel do not lose the opportunity to enjoy the smells and flavors of a Mexican house, while relaxing in an atmosphere of acoustic traditional live music.

**MEXICAN &  
SEAFOOD**  
experience

[www.missioncoz.com](http://www.missioncoz.com)

Breakfast | Lunch | Dinner

Add: 55th Av. Between Juárez and 1st Ph: 987 872 1641

📍 📷 📱 CASAMISIONRESTAURANT

# Feeding and Fertility

By: *Andrea Arango*  
Nutritionist

## **Feeding for fertility**

A balanced diet is essential for the proper functioning of any system in our body and the reproductive system is no exception. It is known by the health community that the deficiencies or excesses of energy or of certain nutrients have a negative repercussion on our organism. For this reason, in addition to the recommendation to achieve an adequate weight to avoid the aforementioned problems, it will be recommended to carry out a balanced diet for both members of the couple. In addition, there are studies that point out the importance of certain nutrients that influence male and female fertility.

## **Food for man**

Nutrients that can help improve male fertility are: Polyunsaturated fatty acids (PUFAs) and Docosahexaenoic Acid (DHA): PUFAs, if they are

provided in a correct balance, have important beneficial effects at the cardiovascular level and are essential for the proper functioning of our body.

Omega-3 acid: especially docosahexaenoic acid (dha), has also been found in large quantities within sertoli cells, responsible for spermatogenesis. Specialists believe that this component, located in the tail of the sperm, could provide the necessary elasticity for its normal movement. The dietary sources of omega-3 acids are fish oil (contains both dha and epa, another derivative of the omega-3 family), certain vegetable oils (soybean oil, flax oil, etc.) or nuts such as the nuts. If we want to give it through supplementation, the dha usually comes from fish oil or algae and it is not recommended to exceed the 3g daily dose since it can lead to bleeding.









Folic acid: according to the studies carried out, this nutrient influences, in the case of men, on the number and sperm mobility. They are provided through food, their main source among foods are green leafy vegetables, legumes and nuts.

Vitamin C: is a nutrient with a high antioxidant power. The main food source is fruits and vegetables, especially raw, since it is destroyed by heat.

Vitamin E: this vitamin with antioxidant effect is widely distributed in nature, its main sources are vegetable oils (especially olive oil) or oleaginous nuts (walnuts, almonds, hazelnuts, pistachios or olives, among others).

Vitamin A and  $\beta$ -carotenes: apart from their protective function of the cells of the male reproductive system against the aging process, it favors

the production of progesterone, a hormone that intervenes in the functions of the male reproductive system. Vitamin A is found mainly in fat of animal origin, such as those contained in fatty meats or whole milk, therefore, its contribution is more recommended through  $\beta$ -carotenes that are frequently found in vegetables and fruits with an orange or reddish color. (carrot, tomato, pumpkin, apricot, melon, etc.).

Selenium: This antioxidant is also essential for the fertility of man since it is believed that it influences the quality and mobility of sperm. Its main source is whole grains, fish and shellfish and, to a lesser degree, fruits and vegetables, in which its content varies depending on the concentration of the soils in which they are grown.

Zinc: apart from its antioxidant power, zinc is involved in the development of the sexual organs.

It is also related to the quantity and mobility of sperm and the amount of testosterone (male hormone) in the body. The possible zinc deficiency, therefore, should be controlled taking into account that the food sources through which it can be obtained are shellfish, lean meat, fish, eggs and legumes.

### ***Food For women***

This section will cover both the nutrients that can help improve female fertility and those essential for preparing for pregnancy.

Folic acid: it is a vitamin of the group B advised in pregnant women to avoid neuronal problems in the future baby. But, in addition, it is related to the risk of miscarriage in some studies. Therefore, for these two reasons, a diet that meets the needs of this nutrient will

be recommended to all women who want to become pregnant. The recommended intake of this nutrient for adult women is approximately 200 µg / day. It can be helped by brewer's yeast, green leafy vegetables (chard, spinach ...), legumes, nuts, enriched breakfast cereals, etc.

**Vitamin A and β-carotenes:** this vitamin, and its precursors, β-carotenes; They are essential for the proper maintenance of the various mucous membranes of the body, including the uterine lining, where the fertilized egg must be implanted. On the other hand, it also interferes with the menstrual cycle, the development of the placenta and other aspects of female reproduction. Therefore, we must ensure that the needs of this vitamin are covered, which, as mentioned before, can be done through a diet rich in reddish or orange fruits and vegetables.

**Vitamin E:** Vitamin E has a high antioxidant power that protects tissues from free radicals and environmental toxins. Therefore, so that there are no deficiencies of this vitamin we

will have to ensure adequate doses through its main sources, which, as already mentioned above, are vegetable oils (especially olive oil) or oleaginous nuts.

**Iron:** There is a natural tendency towards anemia in pregnancy that can be counteracted to a greater extent if we start with a good supply of iron. On the other hand, a study relates the intake of iron supplements with a lower risk of ovulatory infertility, in the diet of the woman who wants to become pregnant, we will control that her iron contributions are necessary so that there are no problems in the conception or during pregnancy. The foods that can contribute are meats, fish, legumes, nuts, eggs or vegetables such as spinach, asparagus or beans.

**Zinc:** zinc influences ovulation and fertilization and, during pregnancy, a zinc deficiency can cause various abnormalities such as miscarriage, malformations, growth retardation or prematurity. On the other hand, as an antioxidant, it can help delay cellular and follicular aging that will increase the chances of pregnancy.

Types of Food and their Properties		
<p><b>Omega 3</b></p> <p>Vegetable Oils, Olive Oil, Seeds, Blue Fish, Nuts, Seafood, Avocado, Green Leafy Vegetables, Peanut Butter, Oatmeal.</p>	<p><b>Folic acid</b></p> <p>Green leaves, Vegetables, Legumes, Dressings and Dressings, Fresh Fruits, Nuts, Whole Grains, Peanut Butter.</p>	<p><b>Vitamin C</b></p> <p>Red Peppers, Parsley, Broccoli, Kiwi, Fennel Bulb, Grapes, Strawberries, Basil, Persimmon, Papaya.</p>
<p><b>Vitamin E</b></p> <p>Vegetable Oils, Almonds, Hazelnuts, Pine Nuts, Peanuts, Fish, Pistachios, Avocado, Spinach, Asparagus, Broccoli.</p>	<p><b>Vitamin A</b></p> <p>Pork Liver, Veal and Cow Liver, Pâtés, Carrots, Grelas, Spinach, Sweet Potato, Tomato or Tomato, Butter, Cream, Cured Cheese, Clams, Eel, Conger eel.</p>	<p><b>Beta-carotenes</b></p> <p>Carrot, Sweet Potato, Peppers, Pumpkin, Broccoli, Spinach, Goji Berries, Algae, Herbs, Fruits.</p>
<p><b>Selenium</b></p> <p>Brazil Nuts, Oats, Walnuts, Pumpkin Seeds or Pipes, Mushrooms, Beans, Nettles, Cucumber, Garlic, Brewer's Yeast.</p>	<p><b>Zinc</b></p> <p>Pork, Dark Chocolate, Brown Rice, Eggs, Crab, Oysters, Beef, Pumpkin Seeds, Peanuts, Watermelon Seeds.</p>	<p><b>Iron</b></p> <p>Seafood, Spinach, Liver Meat, Legumes, Red Meat, Pumpkin Seeds, Quinoa, Turkey, Broccoli, Tofu, Dark Chocolate.</p>



# Alimentación y Fertilidad

Por: *Andrea Arango*  
*Nutrióloga*

## ***La alimentación para la fertilidad***

Una dieta equilibrada es esencial para el correcto funcionamiento de cualquier sistema de nuestro organismo y, el sistema reproductor no es una excepción. Es conocido por la comunidad sanitaria que las carencias o excesos de energía o de determinados nutrientes tiene una repercusión negativa sobre nuestro organismo. Por este motivo, además de la recomendación de lograr un peso adecuado para evitar los problemas anteriormente citados, se recomendará llevar a cabo una dieta equilibrada por ambos miembros de la pareja. Además, sí que hay estudios que señalan la importancia de determinados nutrientes que influyen sobre la fertilidad masculina y femenina.

## ***La alimentación en el hombre***

Los nutrientes que pueden ayudar en la mejora de la fertilidad masculina son: Los ácidos grasos poliinsaturados (AGPI) y el Ácido Docosahexaenoico (DHA): los AGPI, si son aportados en un correcto equilibrio, tiene importantes efectos beneficiosos a nivel cardiovascular y son imprescindibles para el buen funcionamiento de nuestro organismo.

El ácido omega-3: en especial, el docosahexaenoico (dha), se ha encontrado también en grandes cantidades dentro de las *células de sertoli*, encargadas de la espermatogénesis. Los especialistas creen que este componente, situado en la cola del esperma,

podría proporcionar la elasticidad necesaria para su movimiento normal. Las fuentes dietéticas de los ácidos omega-3 son el aceite de pescado (contiene tanto dha como epa, otro derivado de la familia omega-3), ciertos aceites vegetales (aceite de soja, aceite de lino, etc.) o frutos secos como las nueces. Si lo queremos dar a través de suplementación, el dha suele provenir de aceite de pescado o algas y no se recomienda superar la dosis de 3g diarios ya que puede dar lugar a hemorragias.

El ácido fólico: según los estudios realizados este nutriente influye, en el caso del hombre, sobre el número y la movilidad espermática. Se aportan a través de la alimentación, su principal fuente entre los alimentos son las verduras de hoja verde, las legumbres y los frutos secos.

Vitamina C: es un nutriente con un alto poder antioxidante. La mayor fuente alimentaria son las frutas y verduras, sobre todo crudas, ya que es destruida con el calor.

Vitamina E: esta vitamina con efecto antioxidante está ampliamente distribuida en la naturaleza, sus principales fuentes son los aceites vegetales (en especial el aceite de oliva) o los frutos secos oleaginosos (nueces, almendras, avellanas, pistachos o aceitunas, entre otros).

Vitamina A y los  $\beta$ -carotenos: a parte de su función protectora de las células del aparato reproductor masculino ante el proceso de envejecimiento, favorece la producción de progesterona, hormona que interviene en las funciones del sistema reproductor masculino. La vitamina A se encuentra mayoritariamente en la grasa de origen animal como las que contienen las carnes grasas o lácteos enteros por eso, su aporte es más recomendable a través de  $\beta$ -carotenos que se encuentran frecuentemente en vegetales y frutas con un color anaranjado o rojizo (zanahoria, tomate, calabaza, albaricoque, melón, etc.).

Selenio: también este antioxidante es fundamental

para la fertilidad del hombre ya que se cree que influye en la calidad y movilidad de los espermatozoides. Su principal fuente son los cereales integrales, los pescados y los mariscos y, en menor grado, frutas y hortalizas, en las cuales, su contenido varía dependiendo de la concentración de los suelos en que se cultivan.

Zinc: aparte de su poder antioxidante, el zinc está implicado en el desarrollo de los órganos sexuales. También se relaciona con la cantidad y movilidad del espermatozoides y con la cantidad de testosterona (hormona masculina) en el organismo. La posible carencia de zinc, por tanto, deberá ser controlada teniendo en cuenta que las fuentes alimentarias a través de las cuales se puede obtener son los mariscos, la carne magra, los pescados, los huevos y las legumbres.

### ***La alimentación en la mujer***

En esta sección se tratarán tanto los nutrientes que pueden ayudar en la mejora



62 de la fertilidad femenina como aquellos esenciales para la preparación del embarazo.

**El ácido fólico:** es una vitamina del grupo B aconsejada en las embarazadas para evitar problemas neuronales en el futuro bebé. Pero, además, se relaciona con el riesgo de aborto espontáneo en algunos estudios. Por tanto, por estos dos motivos, se recomendará una dieta que cubra las necesidades de este nutriente a todas las mujeres que quieran quedarse embarazadas. La ingesta recomendada de este nutriente para mujeres adultas de aproximadamente 200 µg/día que. Se puede ayudar mediante levadura de cerveza, verdura de hoja verde (acelgas, espinacas...), legumbres, frutos secos, cereales de desayuno enriquecidos, etc.

**Vitamina A y los β-carotenos:** esta vitamina, y sus precursores, los β-carotenos; son imprescindible para el correcto mantenimiento de las diversas mucosas del organismo, entre ellas, la mucosa uterina, donde debe implantarse el óvulo fecundado. Por otro lado, también interfiere sobre el ciclo menstrual, en el desarrollo de la placenta y en otros aspectos de la reproducción femenina. Por tanto, hemos de asegurar cubrir las necesidades de esta vitamina que, como se ha comentado antes se puede hacer a través de una alimentación rica en frutas y hortalizas de color rojizo o anaranjado.

**Vitamina E:** La vitamina E tiene un alto poder antioxidante que protege los tejidos de los radicales libres y toxinas ambientales. Por tanto, para que no existan carencias de esta vitamina tendremos que asegurar unas dosis adecuadas a través de sus principales fuentes que, como ya se dijo anteriormente son, los aceites vegetales (en especial el aceite de oliva) o los frutos secos oleaginosos.

**Hierro:** Existe una tendencia natural hacia la anemia en el embarazo que se puede contrarrestar en mayor medida si empezamos con un buen aporte de hierro. Por otro lado, un estudio relaciona la ingesta de suplementos de hierro con un menor riesgo de infertilidad ovulatoria, en la dieta de la mujer que desea quedarse embarazada, vamos a controlar que sus aportes de hierro sean los necesarios para que no haya problemas en la concepción o durante el embarazo. Los alimentos que lo pueden aportar son las carnes, pescados, las legumbres, los frutos secos, el huevo o verduras como las espinacas, los espárragos o las judías.

**Zinc:** el zinc influye en la ovulación y fertilización y, durante el embarazo, una deficiencia de zinc puede provocar diversas anomalías como aborto espontáneo, malformaciones, retraso en el crecimiento o prematuridad. Por otro lado, como antioxidante, puede ayudar al retraso del envejecimiento celular y folicular que aumentará las posibilidades de embarazo.

### Tipos de Alimentos y sus Propiedades

#### Omega 3

Aceites Vegetales, Aceite de Oliva, Semillas, Pescado Azul, Frutos Secos, Mariscos, Aguacate, Verduras de Hoja verde, Crema de Cacahuete, Avena.

#### Acido Fólico

Hojas verdes, Verduras, Legumbres, Aliños y Aderezos, Frutas Frescas, Frutos Secos, Cereales Integrales, Mantequilla de Cacahuete.

#### Vitamina C

Pimientos Rojos, Perejil, Brócoli, Kiwi, Bulbo de Hinojo, Uva, Fresas, Albahaca, Caqui, Papaya.

#### Vitamina E

Aceites Vegetales, Almendras, Avellanas, Piñones, Cacañuetes, Pescado, Pistachos, Aguacate, Espinacas, Espárragos, Brócoli.

#### Vitamina A

Hígado de Cerdo, Hígado de Ternera y Vaca, Patés, Zanahorias, Grellos, Espinacas, Boniato, Tomate o Jitomate, Mantequilla, Nata, Queso Curado, Almejas, Anguila, Congrio.

#### Betacarotenos

Zanahoria, Batata Dulce, Pimientos, Calabaza, Brócoli, Espinacas, Bayas de Goji, Algas, Hierbas aromáticas, Frutas.

#### Selenio

Nueces de Brasil, Avena, Nueces, Semillas o pipas de Calabaza, Champiñones, Judías, Ortigas, Pepino, Ajo, Levadura de Cerveza.

#### Zinc

Carne de Cerdo, Chocolate Negro, Arroz Integral, Huevos, Cangrejo, Ostras, Carne de Res, Semillas de Calabaza, Cacañuetes, Semillas de sandía.

#### Hierro

Mariscos, Espinacas, Carne de Hígado, Legumbre, Carne Roja, Semillas de Calabaza, Quinua, Pavo, Brócoli, Tofu, Chocolate Negro.

## Fertilidad en la era de la superpoblación

Hoy en día parecería un capricho traer al mundo a un bebé, mientras que personas con baja calidad de vida tienen hijos cual regalo de la naturaleza, otras con recursos y capacidades quedan fuera de la ecuación.

## Fertility in the overpopulated era

Today it would seem like a whim to bring a baby into the world, while people with low quality of life have children as a gift from nature, others with resources and capabilities are out of the equation.



Ilustración / Illustration Oldemar

La ética y el sentido común nos inclinaría a dar sentencia a quienes rechazan la adopción y buscan alternativas de preservar sus cargas genéticas, sin embargo, la fertilidad asistida no solo garantiza la fortaleza del nuevo ser, sino que le permite ser padres a quienes realmente quieren serlo lo que contrapone el primer juicio.

Además, la psicología de los individuos que por sí mismos no podían lograr el éxito del embarazo, cambia radicalmente a partir que reconocen por encima del egoísmo, el esfuerzo en conjunto de profesionales y muchas otras personas quienes trabajaron para lograr que disfrutaran de ese privilegio.

Por esto, hoy en día las técnicas de fertilidad y sus beneficios como la selección del sexo en el bebé no son ajenas a la meta de fortalecer la humanidad, es mejor y preferible desde los fundamentos, formar familias con valores.

### Dr. José Medina Flores

Gineco-Obstetra  
con Subespecialidad en Biología de la Reproducción Humana.  
Presidente y Fundador de Cryovida y Provida

Ethics and common sense would incline us to impose a sentence to those who reject to adopt and seek alternatives to preserve their genetics, however, assisted fertility not only guarantees the strength of the new being, but it also allows those people to become parents as they appreciate it, which is opposed to the judgment before.

Besides the psychology of individuals who could not achieve pregnancy success by themselves, changes radically as they recognize beyond selfishness, the joint effort of professionals and many other people who work to get them enjoy that privilege.

For this reason, nowadays fertility techniques and their benefits such as the choice of sex in the baby are not incompatible to the goal of strengthening humanity. It is better and preferable, from the basics, to form families with values.

### Dr. José Medina Flores

Obstetrician-Gynecologist  
with Subspecialty in Biology of Human Reproduction  
President and Founder of Cryovida and Provida

## La fábrica de bebés en huelga

Algunas mujeres después de los treinta años encuentran difícil embarazarse, la falla ovárica es la incapacidad de producir óvulos o que estos sean de mala calidad, los tratamientos con células madre pueden revertir esta condición aplicándose directamente en los ovarios, reestableciendo las funciones normales reproductivas e incluso recuperando los periodos de menstruación con aumento cualitativo de la producción ovular, mejora embrionaria y una mayor probabilidad de embarazo. Las células madre dan lugar a más de un tipo de célula especializada con características de forma, estructura y funciones correspondientes al tejido.



Imagine la falla ovárica prematura como una línea de producción donde los trabajadores han perdido la capacidad de realizar sus tareas, las células del estroma y de la teca externa (ovario) y las células de la granulosa y de la teca interna (fóliculo) interaccionan entre sí durante toda la maduración folicular, al aplicar un tratamiento intraovárico integramos a nuestro proceso nuevo personal con mejores capacidades para reactivar el entorno de producción, logrando con ello, un ciclo de mejora continua donde el organismo podrá por sí mismo recuperar su capacidad ovulatoria.

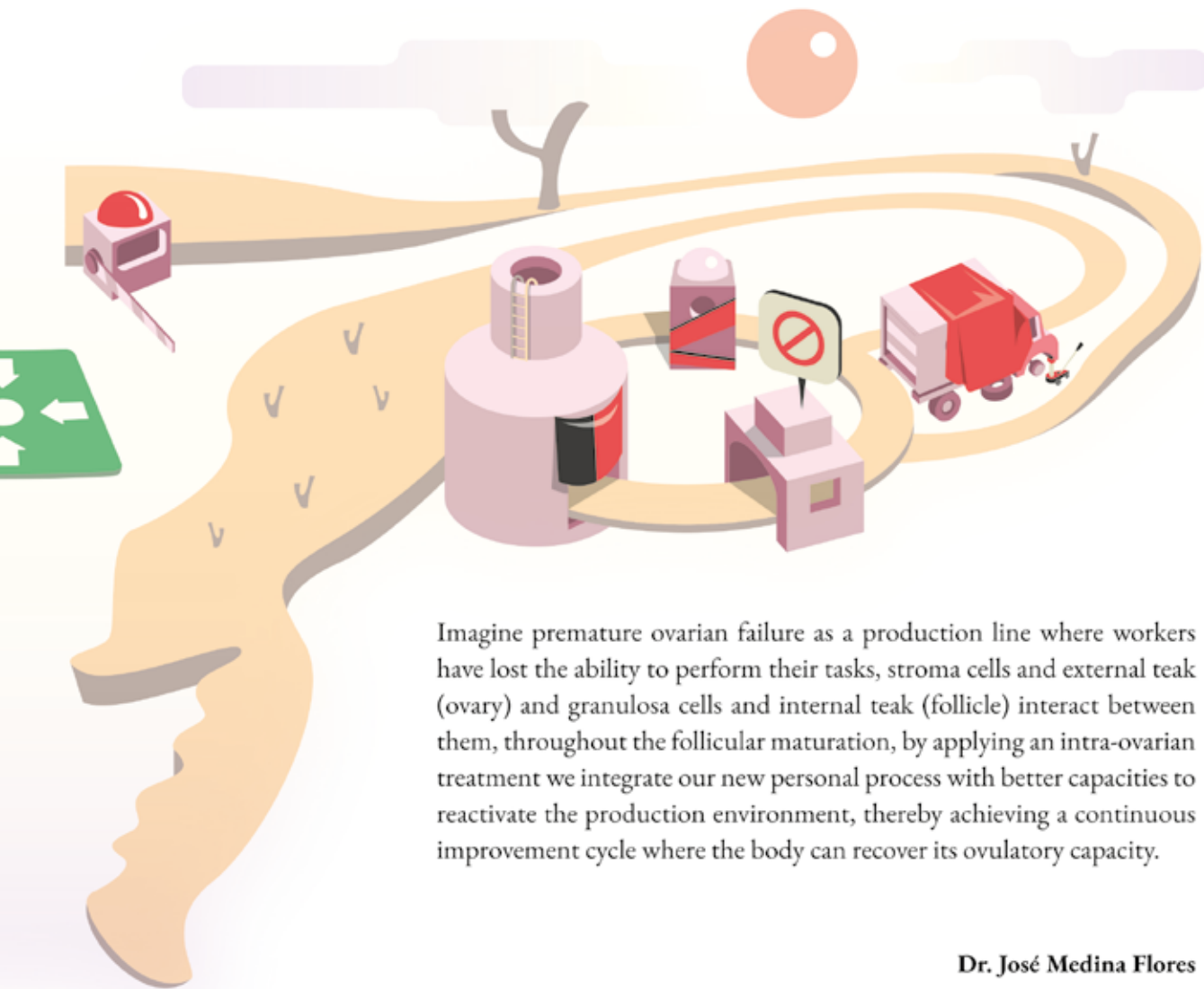
### Dr. José Medina Flores

Gineco-Obstetra  
con Subespecialidad en Biología de la Reproducción Humana.  
Presidente y Fundador de Cryovida y Provida



# The baby factory is on strike

Some women after thirty years old find it difficult to get pregnant, ovarian failure is the inability to produce ovules or that they are of poor quality, stem cell treatments can reverse this condition by applying directly to the ovaries, restoring normal reproductive functions and even Recovering periods of menstruation with qualitative increase in ovular production, embryonic improvement and a higher probability of pregnancy. Stem cells give rise to more than one type of specialized cell with characteristics of shape, structure and functions corresponding to the tissue.



Imagine premature ovarian failure as a production line where workers have lost the ability to perform their tasks, stroma cells and external teak (ovary) and granulosa cells and internal teak (follicle) interact between them, throughout the follicular maturation, by applying an intra-ovarian treatment we integrate our new personal process with better capacities to reactivate the production environment, thereby achieving a continuous improvement cycle where the body can recover its ovulatory capacity.

**Dr. José Medina Flores**

Obstetrician-Gynecologist  
with Subspecialty in Biology of Human Reproduction  
President and Founder of Cryovida and Provida

Adrián González  
Ilustración / Illustration

## 66 **Podemos hacer realidad su más preciado sueño!**

Cuando el deseo es formar una familia en **Provida** tenemos la tecnología para garantizar que así suceda a través de nuestras clínicas de fertilidad.

Estamos dedicados a cuidar de ti tenemos tratamientos como inseminación artificial, coitos programados, fertilización invitro, criopreservación, ICSI, Selección de Sexo y cirugía reproductiva.

Somos los únicos en ofrecer la mayor esperanza de embarazo en reproducción asistida combinando la medicina integral con los beneficios de la medicina regenerativa obteniendo excelentes resultados

Para nosotros la infertilidad no es un obstáculo sino un reto, un compromiso que asumimos día con día a través de investigación tecnológica de vanguardia desarrollada por nuestro comité científico liderado por el prestigio del **Dr. Arnold I. Caplan**.

Con gran profesionalismo y calidad, nuestros pacientes son atendidos con la mayor calidez humana por nuestro equipo médico, sabemos lo importante que es la confianza depositada en nuestras manos que es cumplir las expectativas de nuestros clientes, **la satisfacción de tener hijos sanos y fuertes.**

Contacta con nosotros y recibe mayor información



+ 52 1 33 18 78 97 62

**Mex**

clínica / clinic: + 52 1 33 36 28 20 05

+ 52 1 33 39 47 87 52

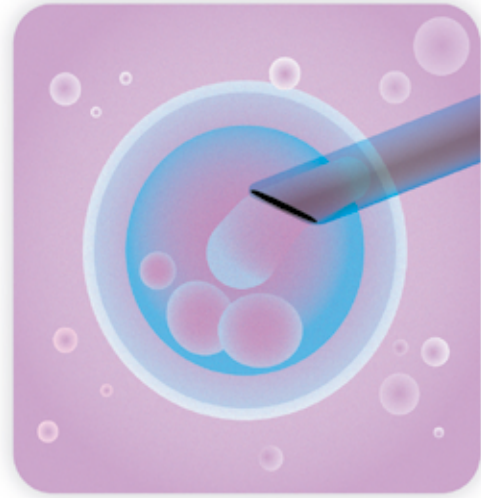
**USA**

+ 1 714 425 51 40



[www.providafertilidad.com](http://www.providafertilidad.com)

## **We can make your most precious dream come true!**



When the desire is to start a family at **Provida**, we have the technology to ensure that this happens through our fertility clinics.

We are dedicated to taking care of you, we have treatments such as artificial insemination, programmed intercourse, invitro fertilization, cryopreservation, ICSI, Sex Selection and reproductive surgery.

We are the only ones to offer the highest hope of pregnancy in assisted reproduction combining integral medicine with the benefits of regenerative medicine obtaining excellent results

For us infertility is not an obstacle but a challenge, a commitment that we assume every day through cutting-edge technological research developed by our scientific committee led by the prestige of **Dr. Arnold I. Caplan**.

With great professionalism and quality, our patients are treated with the greatest human warmth by our medical team, we know how important it is the trust placed in our hands that is to fulfill the expectations for our clients, **the satisfaction of having healthy and strong children.**

Contact us and receive more information



# Opening of the Third Clinic of the Sani Dental Group



SANI DENTAL GROUP is one of the most prestigious dental clinics in Mexico, established in 1985. With 2 successful dental facilities in Los Algodones, it has decided to expand, opening a third dental clinic on March 13 in one of the most exclusive areas of the Riviera Maya.

Located in Playacar, this new dental facility combines state of the art technology and expertise with a relaxing environment that only the turquoise ocean beaches in the area can bring.

Sani Dental Group Cancun Riviera counts with 11 dental chairs, a fully equipped Operation Room, and a team of doctors with years of experience in the dentistry field, skilled to perform a wide variety of procedures that can go from simple teeth cleaning

to more complicated procedures such as an All-On-Four and Zygomatic Dental Implants.

The comfort of their patients' is our number one priority, which is why they have designed spaces that will make them feel relaxed and cozy every step of the treatment. They count with a handicapped/wheelchair accessible facility and an equipped waiting room with TV screens, free Wi-Fi, available international phone calls for all their patients.

They have all the specialties in one place, taking care of your dental experience while maintaining your high-quality procedures at the usual affordable prices. Sani Dental Group is the perfect place for patients to receive dental work while enjoying the beautiful natural settings at the warm Cancun sun.

## Inauguración de Tercera Clínica de Sani Dental Group

SANI DENTAL GROUP es una de las clínicas dentales más prestigiosas de México, establecida en 1985. Con 2 exitosas instalaciones dentales en Los Algodones, ha decidido expandirse, abriendo una tercera clínica dental el pasado 13 de marzo en una de las áreas más exclusivas de la Riviera Maya.

Ubicada en Playacar, esta nueva instalación dental combina tecnología de punta y experiencia con un ambiente relajante que solo las playas del océano color turquesa en el área pueden brindar.

*Sani Dental Group Cancun Riviera* cuenta con 11 sillones dentales, una sala de operaciones totalmente equipada y un equipo de médicos con años de experiencia en el campo de la odontología, capacitados para realizar una amplia variedad de procedimientos que pueden ir desde la simple limpieza dental hasta procedimientos más

complicados. como implantes dentales All-On-Four y cigomáticos.

La comodidad de sus pacientes es su prioridad número uno, por eso han diseñado espacios que los harán sentir relajados y acogedores en cada paso del tratamiento. Cuentan con instalaciones para discapacitados / sillas de ruedas y una sala de espera equipada con pantallas de TV, Wi-Fi gratis, llamadas telefónicas internacionales disponibles para todos sus pacientes.

Cuentan con todas las especialidades en un solo lugar, cuidando su experiencia dental y manteniendo sus procedimientos de alta calidad a los precios asequibles habituales. *Sani Dental Group* es el lugar perfecto para que los pacientes reciban trabajo dental mientras disfrutan de los hermosos escenarios naturales en el cálido sol de Cancún.



# Pueblo DEL Maíz (Corn Village)

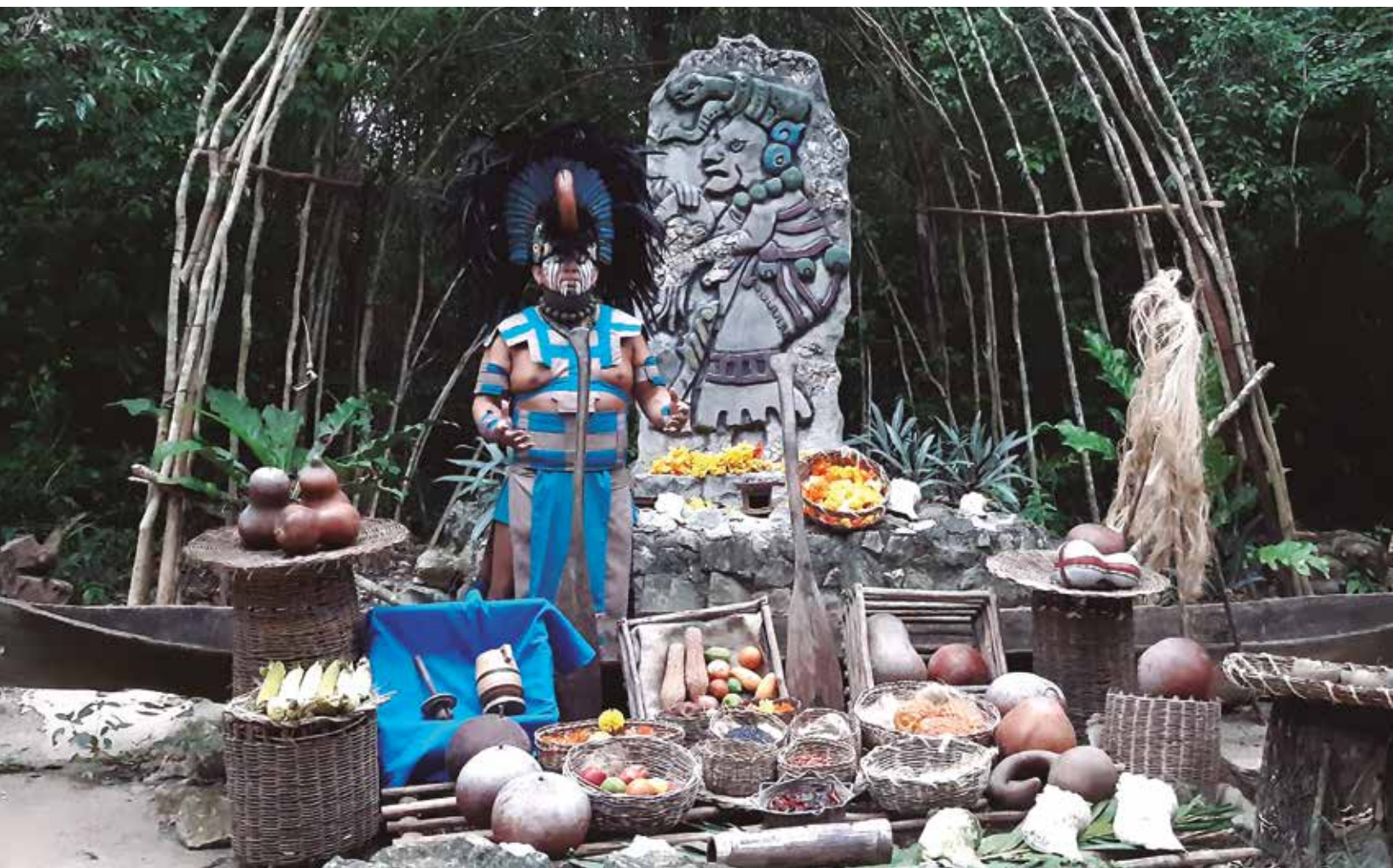
*...continued from page 39*

For our first day of activities, we decided to start, on the recommendation of our host on behalf of SECTUR Pablo Aguilar, through **Pueblo del Maíz**, it is an interactive pre-Hispanic park that, actually, is more, an exciting trip to the past, located in the jungle from Cozumel. This exciting experience begins from the entrance, starting with the representation of a pre-Columbian Mayan village, since you are greeted by a “Maya”

guide, that is, an excellent personification of a Mayan of that time who will teach you some words, customs and the way in which that the Mayans cultivated their agricultural products, you will know and learn how to use the utensils they used to prepare their food, they will also show you the way in which they extracted the fibers of **Henequen** to make fabrics, all this as you progress

during the journey inside the complex, you will explore and live this impressive culture.

You will also know their outfits, their huts, the altars, in addition to their traditional food, how they got and cooked it, and you will have the opportunity to try these delicious delicacies, as well as prepare some of them, such as freshly made chocolate from the seed of pure cocoa.







Pueblo  
DEL Maíz  
Corn Village



# San Gervasio

Cozumel has an archaeological site called **San Gervasio**, and several vestiges around the island such as El Caracol and Castillo El Rey. Although not all are open to the public. Cozumel has 10 pre-Columbian archaeological sites. San Gervasio whose Mayan name is **Tamtum** which means “flat place” or “flat stone place”, is the most important of them and was dedicated to

the worship of the goddess Ixchel, the Mayan goddess of fertility and the moon. In the central square of it, there are several ruins of buildings, of which its columns represented the levels of government. In San Gervasio lived, priests and / or the Elite of the area, who were distinguished by their clothing, the feathers of their plumes among other characteristics.





# El Cedral

For this first day, we had planned a trip in Catamaran, however, the weather did not allow it, which was not a problem since in Cozumel there are many places to visit and activities to do, so one of them after going through Pueblo del Maíz and San Gervasio, went to visit El Cedral, located on the south side of the island. This tour would be done on ATVs with the friendly guide and charisma of the boys

from **Wild Tours Cozumel**.

They gave us a wide and very fun tour of the area, during which we received interesting information about the island, the first families that arrived, among many others, were also able to admire the oldest tree in Cozumel. As a highlight of the expedition they took us to a cenote, which, of course, we had to enjoy taking a well-deserved dip.



# Punta Sur

---

## Echo Beach Park

A peaceful place, full of magic and calm, surrounded by nature and far from civilization; that's where we find **Punta Sur Eco Beach Park**.

We woke up very early on our second day, which started with a Jeep ride, one of our most exciting tours; During the journey, you can enjoy a majestic landscape, living each emotion to the fullest where we are skirting much of the island of Cozumel, getting to know and chatting about the varied and beautiful biodiversity, without having any idea yet, of the wonder that awaited us.

Once entering our destination, an incredible tranquility is perceived which makes you enjoy the view even more. Our first stop within this immense reserve was **Chunchacab Beach**, where we would spend most of the day, enjoying its white beach, various areas for tanning, spa service at the seashore, hammocks to relax and especially a great Natural

area to live the fantastic and incomparable experience of snorkeling, which we will never forget because of the beautiful natural landscapes under water and that adrenaline that makes you love nature and enjoy every moment of your trip.

Once we return from our adventure we recharge with the delicious buffet of Mexican food, of course! and drinks, so we can get ready for the next stop at **Faro Celarain**. When observing the great lighthouse, we notice how it adorns and imposes within itself the beauty and nature of the place as a guardian giant. Already in the lighthouse we climbed to the top and enjoyed a privileged view and the joy of admiring the immensity of the island. From there we could appreciate a little of the **Colombia Lagoon** (which measures about 800 hectares), the **Chunchacab and X'tacún Lagoons** with all their fauna and wild flora. On the banks of the latter we find the Mayan vestige **El Caracol**.

You can marvel at the views and they will be images that will be recorded for your whole life; If you are looking to meet again or have time to think, we can certainly say that Punta Sur is the right place for you.

After the pleasant stay at the Cozumel Palace Resort, the entire team moved to unify in the modern, elegant and spectacular minimalist design facilities of the **Hotel B Unique**. Also from the terrace of your room you will be in the first row to appreciate the spectacular sunsets of Cozumel, it is an ideal hotel to learn to dive because it has a cove where you can snorkel, in addition to having a diving school and something that It reminded us of our Mexican essence is the support to the artisans of the region since within each room you will find beautiful and unique handicrafts for sale made by our people which you can acquire at an affordable cost and take a pleasant memory of your trip.



HOTEL **B** COZUMEL





# Cozumel Carnival

When we talk about a pleasant surprise we are referring to something incredible or unexpected, be it a moment, a place or perhaps even a detail. Why do we talk about this? For the Cozumel Carnival!

If we are frank, talking to each other, none of us expected much of this festivity, perhaps it is due to past experiences, carnivals from other places which did not fill an expectation or perhaps an erroneous idea of what a true carnival was.

However, arriving at the place where the festival would take place, we noticed the absolute fullness of the place, as well as the hubbub of the people, their cheerleaders, ingenious and striking posters supporting their favorite and favorite contestant as we realized that Elections will be taking

place, that of the King and Queen of Carnival. With all this atmosphere we quickly spread the joy of the place, all this while looking for our places, it should be noted that in order to enter the venue it is necessary to purchase your tickets well in advance as they are highly priced and sell out almost immediately .

We are in a very good place, right in the middle of the stage which is combined with a dance floor where we were to appreciate one of the most impressive shows of our lives, this thanks again to our host Pablo, who did what he did, impossible for us not to miss this holiday. Thank you very much Pablo !!

Began the show, the initial participant was one of the aspiring Queen, who



would later be the winner. This show turned into something “Magical”, full of lights, smiles, colors, music and choreography that did nothing but fill you with joy and an immense desire to stop dancing. It was there that we realized all the details, all the production and the dedication of each one of the participants who, by the way, did their work in a fascinating way. With groups of more than 100 artists on stage, the presentations were getting better and better, yes! It sounds incredible, but true.

The time passed without realizing it, we had more and more fun, the incredible troupes, the public, which it

is worth mentioning took an important part of the show, since their cheerleaders are extremely shocking to be encouraging their favorite candidate during all night. Time passed and the show continued on its way until reaching its final stage where its winners had to be chosen. By this time it was almost 4am and unfortunately we had to retire to rest for the commitments of the next day and we could not witness when the King and Queen of Carnival were decreed, but the moment we were there was enough to realize that the show that We just saw it was one of the most spectacular we had lived to this day.



# CHANKANAAB

It is somewhat complicated to describe **Chankanaab Park** with a single word, but if that were the case we would have to define it as **unexpected**. For all the experiences you can live there. It is a place that, regardless of whether you go with your partner, your family or alone, you can enjoy it to the fullest, since all the activities have something special for you, be it Eco-Archaeological Tour, Sea Lion Show, Crocodile and Manatee Exhibition, Snorkel and Seatrek tours, swim with dolphins, Spa, Tequila Experience, Temazcal, Zip Line or just spend some time lying on the beach enjoying an incredible view.

We were amazed at the amount of things to do on this site and after visiting it I understand why they are considered the # 1 attraction in Cozumel.





# Playa Mía

## Grand Beach Park

If you just want to get to a place that can provide you with extreme fun, slides, children's pools, attractions in the sea, different types of tours, then your ideal place in Cozumel is Playa Mía, a club where we decided to spend our Last day on the island and what a good choice this was.

As I mentioned, from the entrance we found different stores that we knew we would visit hours later to take some nice souvenirs, crossing this area immediately to the right we had the area of swimming pools and games for children and just behind these, two large and challenging slides . Yes! They definitely should be the first ones we would get on, but our guide took us a little deeper into the park complicating our decision of which attraction to experience first.

To our left we had a large pool in which they were testing a new game, it was a simulator,

which we were fortunate to use and let me tell you that I am sure that when you visit Playa Mía they would not hesitate to participate, since there is no other way of describing it as spectacular, since it takes you on a journey through the depths of the sea, with unique experiences and almost real sensations, of which, to be frank, you must make an effort to remember that it is only a virtual tour.

Next to it, it has a white sand beach with several lounge chairs, which you can enjoy, although you also have the option of taking the catamaran tour, using the water bikes or ordering a vest to swim 100m in the sea and having fun like child in a complex of challenges, obstacles, jumpers and floating slides. I like to emphasize that this club is totally inclusive, since it has wheelchairs suitable for immersing them in the water and so your family member can also enjoy the delicious Mexican Caribbean sea.

It is important to mention that in our case we did not manage to visit other very important and iconic areas of the island, such as the **Colombia and El Cielo Reefs**, the latter named after the large number of starfish found there, unfortunately Due to pollution and global warming, their number has dropped in an alarming way, so the government decided, just a couple of weeks before our arrival, to close these two areas to the public in order to ensure their speedy recovery, practically 90% of the Cozumel island is protected.

Other places that we recommend you visit when you come to carry out any type of treatment and have the opportunity to rest are San Martín beach, Chen Río beach, Palanca beach, Coral Beach or El Mirador which has two natural bridges formed by the rocks that are on the seashore, other beach clubs, which abounds on the southwest side of Cozumel among many more activities and places.



# ISLA Cozumel



Sharing your  
location will be  
worth it



MyCozumel



VisitCozumel



VisitCozumel



**MEXICAN CARIBBEAN**  
mexicancaribbean:travel



# ISLA COZUMEL

## Isla de las Golondrinas en Maya

Antes conocida como Kuzamil, que significa, Isla de las Golondrinas en maya, **Cozumel** es la isla más grande del Caribe Mexicano siendo el nombre de su ciudad, “San Miguel”. Rica en historia, vestigios mayas y maravillas naturales; un auténtico paraíso en medio del mar con playas blancas, bellos atardeceres y famosa a nivel mundial por sus espectaculares arrecifes de coral. Catalogada como el mejor lugar del mundo para Bucear después de la gran barrea de coral en Australia.

Es un destino de aventura, relajación y el más visitado por Cruceros en el Mundo, en donde se realizan todo tipo de actividades en impresionantes escenarios naturales y claro está, un lugar perfecto para realizarte cualquier tipo de intervención médica.

Todas estas razones nos llevaron a investigar sobre esta hermosa isla del caribe mexicano y las fotografías y videos que encontramos de ella, despertaron aún más nuestra curiosidad y ganas de aventura.

Al Aeropuerto Internacional de Cozumel llegan vuelos de aerolíneas de Estados Unidos, Canadá y México; así como también avionetas o helicópteros que salen del Aeródromo de Playa del Carmen. Actualmente cuentan con vuelos directos disponibles desde Miami, Houston, Chicago, Dallas, Atlanta, Charlotte, Detroit, Minneapolis, Montreal & Toronto al igual vuelos directos desde la Ciudad de México, Guadalajara, Monterrey, así como el puente aéreo Cancún – Cozumel.



En esta ocasión, nuestro itinerario de viaje nos colocaba en un vuelo directo a Cancún por medio de **Volaris**, aerolínea orgullosamente mexicana que por cierto se destaca por su puntualidad y extensa variedad de vuelos directos entre diversas ciudades en los Estados Unidos y México. Esto nos permitió no solo comprobar su puntualidad al momento de llegar, sino además nos dio la oportunidad de viajar en tiempo el trayecto de Cancún a Playa del Carmen con la empresa de transporte de lujo **LUXTRIP**, en el cual nuestro personal y equipo viajó con total comodidad y absoluta discreción, debido a sus amplias camionetas de lujo y cordialidad de todo su personal, quienes nos recibieron con una refrescante bebida, servicio que los caracteriza desde hace más de 15 años trabajando con clientes distinguidos.

Cozumel se ubica al este de la Península de Yucatán en el estado de Quintana Roo a 20km desde el puerto de Playa del Carmen. El medio de

transporte más utilizado para llegar a Cozumel es mediante el ferry que conecta a la isla. Estos barcos de pasajeros operan de forma continua cada hora, siendo un recorrido de aproximadamente 35 minutos. También cuentan con un ferry para automóviles saliendo de Calica, ubicado a diez minutos de Playa Del Carmen.

Nosotros viajamos en la mejor opción de ferry, relajándonos adentro en cabina, la cual contaba con amplias y cómodas butacas, pero si lo prefieres puedes elegir en la parte externa, misma que disfrutamos en una parte del trayecto, permitiéndonos disfrutar de la brisa marina y el bello panorama del atardecer de Cozumel a lo lejos; todo esto desde una colorida embarcación de **ULTRAMAR**, las cuales en su totalidad son modernas y con una calidad y servicio de viaje excepcional, además de entretenimiento, música en vivo, alimentos y bebidas.

Cozumel ofrece acogedoras opciones de hospedaje. Todas

con el sello de la calidez en el servicio y la reconocida hospitalidad mexicana. Al llegar a nuestro destino, nuestro equipo se dividió, para así disfrutar de dos excelentes hoteles. Una parte del equipo se hospedó en el muy bien ubicado y lindo **Hotel Casa Mexicana**, mismo que cuenta con unas vistas hermosas desde sus habitaciones hacia el mar y uno de los puertos de atracado para los cruceros. La otra parte logramos recibir toda las calidades y atenciones en el **Cozumel Palace**, un Resort Todo Incluido, con hermosas habitaciones de lujo, servicio a la habitación 24 horas, jacuzzi, todas sus habitaciones con vista al mar además de varias opciones de restaurante, cabe resaltar su exquisita variedad gastronómica y excelente servicio del personal, entretenimiento, además de otros servicios, sin dejar de lado que cuentan con una muy buena ubicación para disfrutar de una buena caminata hacia el centro de Cozumel siendo Benito Juárez el nombre de su plaza principal.



# Pueblo DEL Maíz

Para nuestro primer día de actividades, decidimos iniciar, por recomendación de nuestro anfitrión de parte de SECTUR Pablo Aguilar, por **Pueblo del Maíz**, es un parque prehispánico interactivo que, en realidad, es más, un excitante viaje al pasado, ubicado en plena selva de Cozumel. Desde el ingreso comienza esta excitante experiencia iniciando con la representación de una aldea maya precolombina, ya que te recibe un guía “Maya”, es decir, una excelente personificación de un maya de esa época quién te enseñará algunas palabras, costumbres y la forma en que los mayas cultivaban sus productos agrícolas, conocerás y aprenderás como utilizar los utensilios

que usaban para preparar sus alimentos, además te mostrarán la manera en la que extraían las fibras de **Henequen** para hacer telas, todo esto conforme avanzas durante el recorrido al interior del complejo, explorarás y vivirás esta impresionante cultura.

También conocerás sus atuendos, sus chozas, los altares, además de su comida tradicional, como la conseguían y cocinaban, y tendrás la oportunidad de probar de estos ricos manjares, así como preparar alguno de ellos, como el chocolate recién hecho de la semilla de cacao pura.



Pueblo  
DEL Maíz



# San Gervasio

Cozumel cuenta con un sitio arqueológico llamado **San Gervasio**, y varios vestigios alrededor de la isla como son El Caracol y Castillo El Rey. Aunque no todos están abiertos al público. Cozumel cuenta con 10 sitios arqueológicos precolombinos. San Gervasio cuyo nombre maya es **Tamtum** que significa “lugar plano” o “lugar de Piedra planas”, es el más importante de ellos y estaba dedicado al culto de la diosa Ixchel, la diosa maya de la fertilidad y la luna. En la plaza central de ésta, se encuentran varias ruinas de edificaciones, de las cuales sus columnas representaban los niveles de gobierno. En San Gervasio vivían, sacerdotes y/o la Elite de la zona, mismos que se distinguían por sus vestiduras, las plumas de sus penachos entre otras características.

# El Cedral

Para éste primer día, teníamos planeado un viaje en Catamarán, sin embargo, el clima no nos lo permitió, lo cual no fue problema ya que en Cozumel hay muchos sitios para conocer y actividades a realizar, así que una de ellas luego de pasar por Pueblo del Maíz y San Gervasio, fue ir a conocer El Cedral, ubicada a lado sur de la isla. Este recorrido lo realizaríamos en cuatrimotos con la agradable guía y carisma de los muchachos de **Wild Tours Cozumel**.

Nos dieron un amplio y muy divertido recorrido por la zona, durante el cual recibimos datos interesantes sobre la isla, las primeras familias que llegaron, entre muchos otros, también pudimos admirar el árbol más antiguo de Cozumel. Como punto cumbre de la expedición nos llevaron a un cenote, el cual, por supuesto, teníamos que disfrutar dándonos un merecido chapuzón.





# Punta Sur Echo Beach Park

Un lugar pacífico, lleno de magia y calma, rodeado de naturaleza y alejado de la civilización; ahí es donde encontramos a **Punta Sur Eco Beach Park**.

Nos despertamos muy temprano en nuestro segundo día, el cual comenzó con un viaje en Jeep, uno de nuestros recorridos más emocionantes; durante el trayecto, se disfruta de un majestuoso paisaje, viviendo cada emoción al máximo en donde vamos bordeando gran parte de la isla de Cozumel, conociendo y charlando sobre la variada y hermosa biodiversidad, sin tener idea aún, de la maravilla que nos esperaba.

Una vez ingresando a nuestro destino, se percibe una tranquilidad increíble la cual hace que disfrutes aún más la vista. Nuestra primera parada dentro de ésta inmensa reserva, fue **Playa Chunchacab**, en la que estaríamos gran parte del día, disfrutando de su playa blanca, variadas zonas para broncearse, servicio de spa a la orilla del mar,

hamacas para relajarnos y sobre todo una gran área natural para vivir la fantástica e inigualable experiencia del snorkel, la cual jamás olvidaremos pues los hermosos paisajes naturales bajo el agua y esa adrenalina que te hace amar la naturaleza y disfrutar cada momento de tu viaje.

Una vez regresando de nuestra aventura recargamos energías con el delicioso buffet de comida mexicana, ¡por supuesto! y bebidas, para así alistarnos hacia la siguiente parada en el **Faro Celarain**. Al observar el gran faro, notamos como adorna y se impone dentro la belleza y naturaleza del lugar como un gigante guardián. Ya en el faro subimos a lo más alto y disfrutamos de una vista privilegiada y la dicha de admirar la inmensidad de la isla. Desde ahí pudimos apreciar un poco de la **Laguna Colombia** (la cual mide cerca de 800 hectáreas), las **Lagunas Chunchacab y X'tacúm** con toda su fauna y flora silvestre. A orillas de este último encontramos el vestigio maya **El Caracol**.

Podrás maravillarte con las vistas y serán imágenes que

quedarán grabadas para toda tu vida; si buscas reencontrarte o tener tiempo para meditar, con certeza podemos decir que Punta Sur es el lugar adecuado para ti.

Después del agradable hospedaje en el Cozumel Palace Resort, todo el equipo nos trasladamos para unificarnos en las modernas, elegantes y con diseño minimalista espectacular, instalaciones del **Hotel B Unique**. Además desde la terraza de tu habitación estarás en primera fila para apreciar los espectaculares atardeceres de Cozumel, es un hotel ideal para aprender a bucear porque cuenta con una caleta en la cual pueden hacer snorkel, además de contar con una escuela de buceo y algo que nos recordó nuestra esencia mexicana es el apoyo a los artesanos de la región ya que dentro de cada habitación encontrarás hermosas y únicas artesanías a la venta hechas por nuestra gente la cual puedes adquirir a un costo accesible y llevarte un grato recuerdo de tu viaje.



# Carnaval de Cozumel

Cuando hablamos de una grata sorpresa nos referimos a algo increíble o inesperado, ya sea un momento, un lugar o quizás hasta un detalle. ¿Por qué hablamos de esto? ¡Por el Carnaval de Cozumel!


Si somos francos, conversando entre nosotros, ninguno esperábamos mucho de dicha festividad, quizás sea por experiencias pasadas, carnavales de otros sitios los cuales no llenaban una expectativa o quizás una idea errónea de lo que era un verdadero carnaval.

Sin embargo, llegando al lugar en donde se llevaría a cabo la festividad, notamos el lleno absoluto del lugar, así como la algarabía de la gente, sus porras, ingeniosos y llamativos carteles apoyando a su concursante favorita y favorito ya que

nos damos cuenta que se estarán llevando a cabo las elecciones, la del Rey y la Reina del Carnaval. Con todo este ambiente nos contagiamos rápidamente de la alegría del lugar, todo esto mientras buscábamos nuestros lugares, cabe señalar que para poder ingresar al recinto es necesario adquirir tus boletos con mucho tiempo de anticipación ya que estos mismos son muy cotizados y se agotan casi inmediatamente.

Nos encontramos en un muy buen lugar, justo a la mitad del escenario el cual se combina con una pista de baile en donde estábamos por apreciar uno de los espectáculos más impresionantes de nuestras vidas, esto gracias nuevamente a nuestro anfitrión Pablo, quién hizo hasta lo imposible para que no nos perdiéramos esta festividad. Muchísimas gracias Pablo!!





Comenzado el show, la participante inicial fue una de las aspirantes a Reina, quien posteriormente sería la ganadora. Dicho espectáculo se tornó en algo “Mágico”, lleno de luces, sonrisas, colores, música y coreografías que no hacían otra cosa más que llenarte de alegría y unas ganas inmensas de pararte a bailar. Fue ahí donde nos dimos cuenta de todos los detalles, toda la producción y el esmero de cada uno de los participantes que, por cierto, hacían su trabajo de una manera fascinante.

Con comparsas de más de 100 artistas en escenario, las presentaciones iban mejorando cada vez más, ¡Sí! suena increíble, pero cierto.

El tiempo transcurría sin darnos cuenta, nos divertíamos más y más, las comparsas increíbles, el público, los cuales cabe mencionar se llevaron una parte importante del show, ya que sus porras son sumamente estremecedoras al estar alentando a su candidato(a) preferido durante toda la noche. El tiempo transcurrió y el espectáculo siguió su

camino hasta llegar a su etapa final en donde hubo que elegir a sus ganadores. Para este instante eran casi ya las 4am y desafortunadamente tuvimos que retirarnos a descansar por los compromisos del día siguiente y no pudimos presenciar cuando decretaban al Rey y la Reina del Carnaval, pero el momento que estuvimos fue suficiente para darnos cuenta de que el espectáculo que acabamos de ver era uno de los más espectaculares que habíamos vivido hasta el día de hoy.



Escultura de representación de la cultura olmeca dentro del PARQUE CHANKANAB.  
Sculpture of representation of olmec culture within CHANKANAB PARK.



# CHANKANAAB

Resulta un tanto complicado el describir al Parque de **Chankanaab** con una sola palabra, pero si así fuera lo tendríamos que definir como **inesperado**. Por todas las experiencias que puedes vivir allí. Es un lugar que, independientemente vayas con tu pareja, tu familia o en solitario, podrás disfrutarlo al máximo, ya que todas las actividades tienen algo especial para ti ya sea Tour Eco-Arqueológico, Show de lobos marinos, Exhibición de cocodrilos y manatíes, Tours de Snorkel y Seatrek, nado con delfines, Spa, Experiencia Tequilera, Temazcal, Tirolesa o simplemente pasar un rato recostado en la playa disfrutando de una increíble vista.

Nos sorprendió la cantidad de cosas por hacer en este sitio y después de visitarlo entiendo el por qué se consideran la atracción # 1 en Cozumel.



CHAN  
KA  
NAAB



# Playa Mía

## Grand Beach Park

Si quieres tan solo llegar a un sitio, que pueda brindarte diversión extrema, toboganes, albercas para niños, atracciones en el mar, diferentes tipos de tours, pues entonces tu lugar ideal en Cozumel es Playa Mía, un club en el que decidimos pasar nuestro último día en la isla y que buena elección fue esta.

Como mencioné, desde la entrada encontramos diferentes tiendas a las cuales sabíamos visitaríamos horas más tardes para llevarnos unos bonitos souvenirs, atravesando esta zona inmediatamente a la derecha teníamos la zona de albercas y juegos para niños y justo detrás de estas, dos grandes y retadores toboganes. ¡Si! definitivamente debían ser los primeros a lo que subiríamos, pero nuestro guía nos llevo un poco más adentro del parque complicando nuestra decisión de qué atracción experimentar primero.

A nuestra izquierda teníamos una gran alberca en la cual estaban probando un nuevo juego, se trataba de un simulador, el cual tuvimos la fortuna de usar y déjenme decirles que estoy seguro que cuando visiten Playa Mía no dudarán en participar, ya que no hay otra manera de describirlo como espectacular, ya que éste te adentra en un viaje por las profundidades del mar, con experiencias únicas y sensaciones casi reales, de las cuales, para ser franco, deberás esforzarte para recordar que solo es un paseo virtual.

Enseguida a está, tiene una playa de arena blanca con varios camastros, de los cuales puedes disfrutar, aunque también tienes la opción de tomar el tour en catamarán, usar las bicicletas acuáticas o bien pedir un chaleco para nadar unos 100mts mar adentro y divertirte como niño en todo un complejo de retos,



obstáculos, brincolines y toboganes flotantes. Me gusta destacar que este club es totalmente incluyente, ya que cuenta con sillas de ruedas aptas para sumergirlas en el agua y así tu familiar pueda también disfrutar del delicioso mar del caribe de mexicano.

Es importante mencionar, que en nuestro caso no logramos visitar otras zonas importantes e icónicas de la isla, tal como lo son los **Arrecifes Colombia** y **El Cielo**,

éste último nombrado así por la gran cantidad de estrellas de mar que allí se encuentra, lastimosamente debido a la contaminación y calentamiento global, su número ah ido a la baja de una manera alarmante por lo que el gobierno decidió, justo un par de semanas antes de nuestra llegada, cerrar estas dos zonas al público para así procurar su pronta recuperación, prácticamente el 90% de la isla Cozumel es protegida.

Otros de los sitios que les recomendamos visitar cuando vengán a realizar cualquier tipo de tratamientos y tengan la oportunidad para su descanso son playa San Martín, playa Chen Río, playa Palanca, La Playa Coral o el Mirador la cual cuenta con dos puentes naturales formado por las rocas que se encuentran a la orilla del mar, otros clubes de playa, que abundan en el lado suroeste de Cozumel entre muchas más actividades y lugares.



# Casa Mission

You can not talk about food without remembering those dishes that have been tasted and that in turn make your mouth water and want to try them again. We know that many of the dishes that we present to you here, you will not have enjoyed, but believe me, we do it with such passion that we long to achieve that feeling in you, that you imagine its flavors and incite you to come to our country to try them from the hand of the warm attention of our people. On this occasion we wanted to bring you the experience of an entire island, Cozumel, and with it its food, but we could not decide for one or two, since we were fortunate to receive all our food from **Casa Mission**, a restaurant that made our work, something very complicated.

I explain to you, from the moment you arrive at the restaurant, you come across a hacienda-like place, with gardens as spacious as they are beautiful, which transmit an unsurpassed tranquility, where you find a special place for all possible meetings, from a romantic and quiet place for a dinner with your partner even a serious and elegant enough for business appointments. In addition to this, its staff. All of them are

exceptional and we know that when it comes to places to eat, the lights are undoubtedly for food, however, these people are worth admiring and mentioning, not only for their warmth in serving you as if you were a family member. They strive to please, if not for the skills, since they are trained to receive different types of diners, they all speak sign language, a totally inclusive place, their wide corridors allow them to receive and serve people with a motor disability and / or Wheelchair.

As I mentioned at the beginning, this place made the task very difficult for us, each and every one of the dishes that were prepared for us, was a total ecstasy, we cannot mention a few. With a wide and coarse menu for all tastes, from a national to an international level, which delights the palate with great seasoning. A place where you will not have to worry about anything, recommended thousand by thousand. With certainty I can mention that **Casa Mission** is and will always be a great experience for the local and the visitor that offers us Food, space and one of the best deals in Cozumel. In short, a great and first world place, to which we hope to return very soon.



# Casa Mission



No se puede hablar de comida sin recordar esos platos que se han degustado y que a su vez te hacen saborearlos y querer probarlos otra vez. Sabemos que muchos de los platillos que te damos a conocer aquí, no los habrás disfrutado, pero créeme, lo hacemos con tal pasión que anhelamos lograr esa sensación en ti, que te imagines sus sabores e incitarte a venir a nuestro país a disfrutarlos tanto a estos como la atención cálida de nuestra gente.

En esta ocasión quisimos traerte la experiencia de toda una isla, Cozumel, y con ella su comida, pero no logramos decidirnos por una o dos, ya que tuvimos la fortuna de recibir todos nuestros alimentos de parte de **Casa Mission**, un restaurante que hizo de esta labor, algo muy complicado.

Les explico, desde que llegas al restaurante, te encuentras con un lugar tipo hacienda, con unos jardines tan amplios como hermosos, que te transmiten una tranquilidad insuperable, en donde encuentras un sitio especial para todas las reuniones posibles, desde un lugar romántico y tranquilo para una cena con tu pareja hasta uno serio y bastante elegante como para citas de negocios. Aunado a esto, su personal. Todos ellos son excepcionales y sabemos que cuando de lugares para comer

se trata, indiscutiblemente las luces son para la comida, sin embargo, estas personas son dignas de admirar y mencionar, no solo por su calidez al atenderte como si fueras un familiar al que se esmeran en complacer, si no por las habilidades, ya que están capacitados para recibir distinto tipo de comensales, todos hablan lenguaje de señas, un lugar totalmente incluyente, sus amplios pasillos les permite recibir y atender a personas con alguna discapacidad motriz y/o en silla de ruedas. Como mencioné en un principio, este lugar nos hizo la tarea muy difícil, todos y cada uno de los platillos que nos prepararon, era un éxtasis total, no podemos mencionar unos cuantos. Con un menú amplio y basto para todos los gustos, desde un plano nacional hasta uno internacional, que nos deleita el paladar con una gran sazón. Un lugar en donde no tendrás que preocuparte por nada, recomendado mil por mil. Con certeza puedo mencionar que **Casa Mission** es y será siempre una gran experiencia para el local y el visitante que nos ofrece Comida, espacio y uno de los mejores platos en Cozumel. En resumen, un lugar grandioso y de primer mundo, al cual esperamos volver muy pronto.



**Dra. Gabriela Vera Cuesta**  
Medicina Estética y Regenerativa

A partir de los 25 años nuestra piel comienza a disminuir la producción de colágeno y elastina por ende nuestros fibroblastos van envejeciendo y su acción cada día es más lenta y por consecuencia se presenta menos soporte y elasticidad en la piel. Esto nos lleva a que se desarrollen arrugas y líneas de expresión.

Con la terapia celular Dermiblast-Cells se cultivan fibroblastos alogénicos los cuales nos ayudaran a detener la edad de nuestra piel y aumentar de manera progresiva la producción de colágeno, elastina ya que estos juegan un papel clave en la salud cutánea y rejuvenecimiento facial.

Como resultado de este tratamiento son cambios sutiles, logrando una mayor hidratación, luminosidad, viendo los primeros resultados a partir del tercer mes posterior a su aplicación llegando a su máxima expresión a los 6 meses.

Los resultados son 8 veces mayores que otros tratamientos actuales en el mercado.

“La clave es cuidarse siempre para conservar la belleza Natural”

(Dra. Gabriela Vera)



# THE LEADING HOSPITAL GROUP IN MEDICAL TOURISM

## IN THE MEXICAN CARIBBEAN

Cozumel today has a world-class attraction, renewing its tourism offer list by taking it to the next level: medical tourism. This has been accomplished thanks to **Costamed Medical Group**. A hospital with over 20 years of experience and today is one of the best hospitals in the entire Caribbean in the American Continent, thanks to the fact that all services offered by Costamed are guaranteed and endorsed by international health authorities such as the Joint Commission International, the Mexican General Health Council which supervises compliance of national health and safety standards of all the medical group's hospitals, and since 2017 hold the certification from the Canadian Health Council and the Mexican Medical Tourism Council.

These certifications validate their commitment and respect for health, offering a wide variety

of specialties among health Tourists such as: traumatology, orthopedics, cardiology, internal medicine, general surgery, plastic, bariatric surgeries, nutrition, dental, endoscopy, laparoscopic surgery, among the main ones. In addition, they have the largest, latest and best equipped intensive care unit, an international patient service department, with bilingual executives devoted to helping both patients and their relatives during their stay.

Their international collection department works practically with all domestic and international insurance companies.

And as if that wasn't enough, besides having internationally certified doctors, **Costamed Medical Group** offers something unique that you will not find anywhere else: a paradise called Cozumel to recover from your treatment, resting right by the sea.

Don't hesitate; visit [www.costamed.com.mx](http://www.costamed.com.mx) today and clarify your questions about treatments and Medical Tourism plans or request information at [info@costamed.com.mx](mailto:info@costamed.com.mx)

Costamed, one more attraction in Cozumel. Always close to you. Cozumel, Tulum, Puerto Morelos, Playa del Carmen, Mahahual.



# EL GRUPO HOSPITALARIO LÍDER EN TURISMO MÉDICO

## EN EL CARIBE MEXICANO

Cozumel hoy tiene una atracción de clase mundial, que renueva su lista de oferta turística y lo llevan al siguiente nivel, el turismo médico, esto gracias al **Grupo Médico Costamed**, un hospital con más de 20 años de experiencia y que hoy lo hacen uno de los mejores hospitales de todo el Caribe en el continente americano, gracias a que todos los servicios ofrecidos por Costamed están garantizados y avalados por autoridades internacionales de la salud como *Joint Commission International*, además, el Consejo Mexicano General de Salubridad que supervisa el cumplimiento de las normas nacionales de salud y seguridad en todos los hospitales del grupo médico, y desde 2017 están certificados por el consejo de Salud Canadiense y

el consejo Mexicano de Turismo Médico.

Con estas certificaciones demuestran el compromiso y respeto que tienen por la salud, ofreciendo una extensa variedad de especialidades con alta demanda entre el Turista de salud tales como: traumatología, y ortopedia, cardiología, medicina interna, cirugía general, plástica, bariátrica, dental, nutrición, endoscopia, cirugía laparoscópica, entre las principales. Además cuentan con la más amplia, moderna y mejor equipada unidad de cuidados intensivos, un departamento internacional de servicio a pacientes, con ejecutivos bilingües dedicados a auxiliar a pacientes y familiares durante su estancia.

Su departamento de cobranza internacional trabaja con

prácticamente todas las aseguradoras nacionales e internacionales.

Por si fuera poco, **Grupo Médico Costamed** además de contar con médicos certificados a nivel internacional te ofrece algo único que en ningún otro lugar podrás encontrar, un paraíso llamado Cozumel para recuperarte de tu tratamiento, descansando frente al mar.

No dudes más, entra hoy a [www.costamed.com.mx](http://www.costamed.com.mx) y despeja tus dudas sobre los tratamientos y planes de Turismo Médico o pide informes en [medicaltourism@costamed.com.mx](mailto:medicaltourism@costamed.com.mx)

Costamed, un atractivo más de Cozumel. Siempre cerca de ti. Cozumel, Tulum, Puerto Morelos, Playa del Carmen, Mahahual.







Isla Cozumel, recibe cada año a miles de extranjeros principalmente provenientes de Estados Unidos y Canadá, ya que los costos de tratamiento y los tiempos de espera son mucho menores a los que se realizan en sus países de origen, de esta manera convierten a Cozumel en un destino muy atractivo para tratarse, además de disfrutar del caribe mexicano para su recuperación.

En mayo de 2018, en Cozumel los diferentes grupos médicos, hoteleros, aerolíneas, agencias de viajes, transportadoras, restaurantes, tour operadores y demás servicios pertenecientes a la cadena de valor, se reunieron para conformar el 1er Clúster de Turismo Médico en Cozumel.

Cabe resaltar que este Cluster, también se especializa en atender a personas con discapacidad, creando así, un turismo incluyente; con una mejor infraestructura turística orientada a este nicho del mercado, y es tarea de nosotros generar condiciones para que cada vez más personas con algún tipo de discapacidad se puedan convertir en viajero de todo el mundo.

Hasta la fecha el Clúster ha llevado a Cozumel dos eventos de talla internacional, Gastro Caribe 2019 y el X Congreso de Turismo médico, con los cuales ha demostrado no solo su interés en capacitarse constantemente en alta calidad sino, además, incentivos para coadyuvar al crecimiento del sector de Turismo Médico y del Turismo de Congresos y Convenciones, así como promover entre estos a los más destacados médicos cirujanos y facilitadores de Turismo médico a Cozumel.

De tal forma el Cluster garantiza a cada paciente que decide ir a la isla para su(s) tratamiento(s), que tendrá la seguridad que recibirá el mejor servicio y vivirá una experiencia inolvidable. Desde la participación de las compañías de aerolíneas con rutas que permiten ampliar la conectividad hacia Cozumel, así como el transporte terrestre a cualquiera de las tantas opciones de hospedaje 5 estrellas que se encuentran en esta hermosa isla, anexado a esto la gran diversidad en Hospitales certificados y doctores de alta especialidad.



## MÉDICOS ESPECIALISTAS

AQUI SOLO ENCONTRARAS A LOS MEJORES MEDICOS CERTIFICADOS



# Sani Dental Group

## Receives Recognition for Promoting Ethical and Professional Treatment during the COVID-19 Pandemic

The leading company in medical tourism Sani Dental Group, received a recognition award from the Secretariat of Sustainable Economy and Tourism of Baja California, after complying with quality and service standards during the COVID-19 pandemic.

The ceremony began at noon in one of the three dental facilities, located in the city of Los Algodones, Baja California on Thursday, September 3rd, 2020.

During the presentation of this award, the Sub Secretary of Economy and Tourism Dr. Rubén Roa and Víctor Jiménez, CEO of Sani Dental Group were present, as well as state government authorities

and other prominent figures of the company.

Sani Dental Group is the first and only dental clinic in the region to receive this distinctive recognition, highlighting its commitment to quality with the clinic's staff and the national and international patients that are treated day by day.



Dr. Rubén Roa commented that he felt very pleased to grant this recognition award not only for following the criteria and health measures that protect us all but also for the human warmth with which patients are cared for.

CEO Víctor Jiménez thanked the efforts of the entire Sani Dental Group team for making this possible and always complying to provide a quality dental service.

Sani Dental Group is one of the largest dental groups in Mexico established in 1985. Currently, they count with three dental clinics in the cities of Los Algodones and Playa del Carmen.

For more information, visit:

[www.sanidentalgroup.com](http://www.sanidentalgroup.com)

## **Sani Dental Group recibe reconocimiento por promover el tratamiento ético y profesional durante la pandemia COVID-19**

La empresa líder en turismo médico Sani Dental Group, recibió un premio de reconocimiento de la Secretaría de Economía Sostenible y Turismo de Baja California, luego de cumplir con estándares de calidad y servicio durante la pandemia COVID-19.

La ceremonia comenzó al mediodía en una de las tres instalaciones dentales, ubicadas en la ciudad de Los Algodones, Baja California, el jueves 3 de septiembre de 2020.

Durante la entrega de este premio estuvieron presentes el Subsecretario de Economía y Turismo Dr. Rubén Roa y Víctor Jiménez, CEO de Sani Dental Group, así como autoridades del gobierno estatal y otras figuras destacadas de la empresa.

Sani Dental Group es la primera y única clínica dental de la región en recibir este distintivo reconocimiento, destacando su compromiso

con la calidad con el personal de la clínica y los pacientes nacionales e internacionales que son tratados día a día.

El Dr. Rubén Roa comentó que se sintió muy complacido de otorgar este premio de reconocimiento no solo por seguir los criterios y medidas de salud que nos protegen a todos, sino también por la calidez humana con la que se atiende a los pacientes.

El CEO Víctor Jiménez agradeció el esfuerzo de todo el equipo de Sani Dental Group por hacer esto posible y siempre cumpliendo para brindar un servicio dental de calidad.

Sani Dental Group es uno de los grupos odontológicos más grandes de México establecido desde 1985. Actualmente, cuenta con tres clínicas dentales en las ciudades de Los Algodones y Playa del Carmen.

Para obtener más información, visite:

[www.sanidentalgroup.com](http://www.sanidentalgroup.com)

# Ixchel Goddess of Fertility

Ixchel, the goddess of the moon, was one of the most important deities of the Mayan culture due to the power that the star gives her over the life of men.

Among her gifts was everything governed by the cycles of the moon such as water, fertility, harvests, pregnancy, childbirth, as well as love and sexuality. She was also the patron saint of textiles, painting, arts, medicine, and healers.

But, just as it gave life it could also remove it since in its negative face it was a destructive goddess who sent floods, diseases and spells Ixchel, Mayan goddess who was also known according to her attributes, as for example in the Chilam Balam she is called Ix Chel (rainbow woman), in other writings Chak Chel (large rainbow), Sak U 'Ixik (Lady Moon Blanca), Ix Chebel Yax (Lady of the First Brush) or Sinal in her dedication to the goddess of childbirth whose meaning alludes to the ability to give birth. Like Ixchebelyax, Ix Hunic

and Ix Huinieta, it is associated with fertility, health, vegetation and water. In addition, it has been represented with different characteristics, evoking the



moon and its different phases. As a young woman, it resembles the full moon, while as an old woman it is recognized as a

waning moon; represented with the closed or dead eye, it is related to the new moon.

In her benevolent aspect the Mayan moon goddess was represented weaving with a waist loom, of which she was the creator of what was associated with the Spider, her weaving was the thread of life, the umbilical thread and symbolized her placenta. Even the legend tells that she was weaving when she caught the gaze of her husband, Itzam-Na, the Sun, an important creator god with whom she had children such as: Yum Kaax, god of wild plants and animals relevant to hunters and farmers to guard his harvest from predators, also Ek Chuah the god of cocoa, of war and patron of merchants. Others of her sons were gods of sacrifice and stars; while her daughters were the goddesses of the waters, of the night and of paradise.

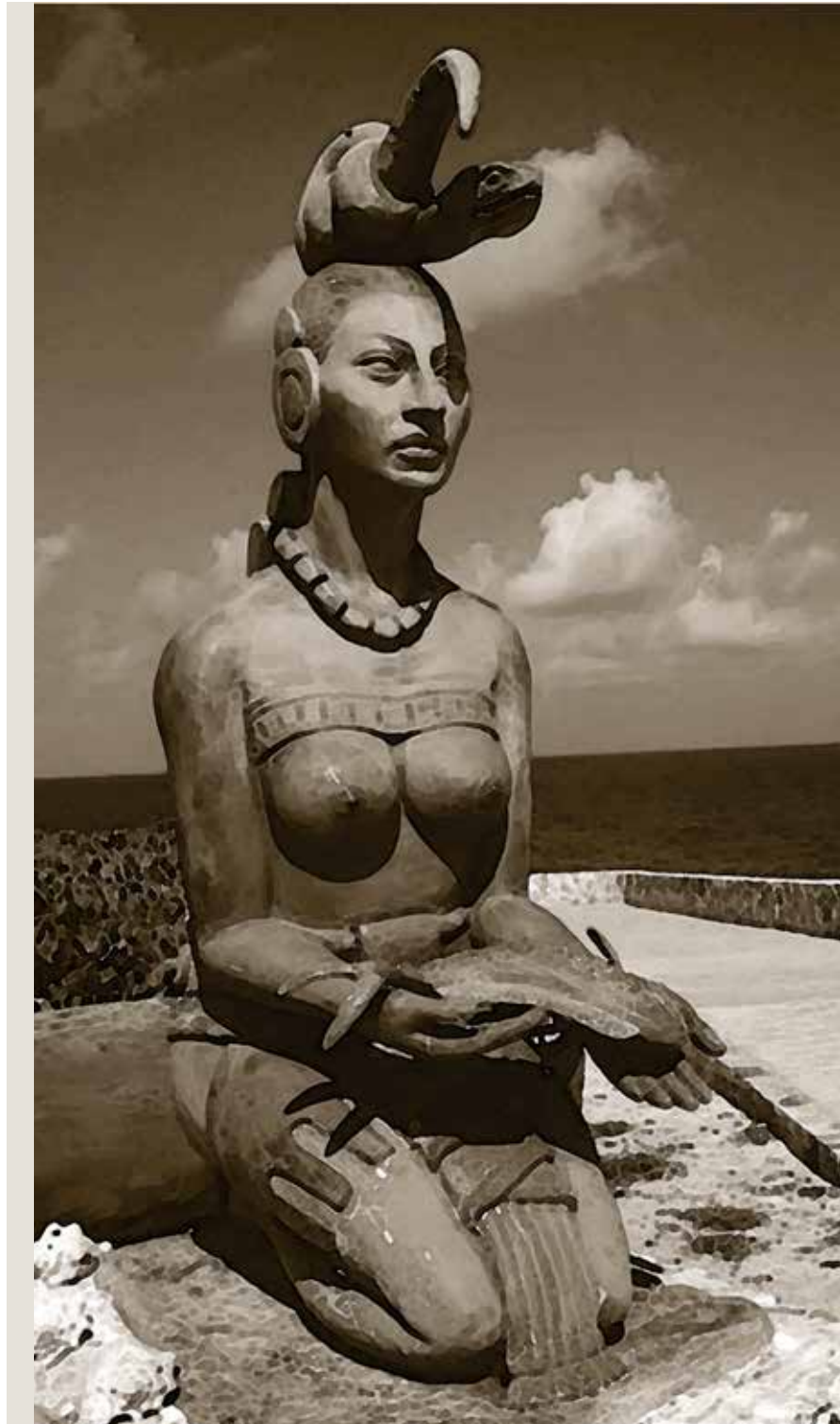
More than a millennium ago, once a year the Mayan pre-Hispanic offering took place with a methodical ritual that

began in the Kii'wik market. Here different products were traded that were also used to be offered to the goddess Ixchel. Market days marked the precise moment for the canoers to complete their preparation and embark on the journey to the island of Cozumel and visit the oracle of the Mayan fertility goddess.

Cozumel was known among the ancient Maya as Kuzamil. There resided the itzaes, tantunes or mactunes (those of the door of the prophecy). They were thus known because the representation of Ixchel made in clay, had a secret door behind where the chilam or priest entered to dictate the oracle of the goddess.

The Sacred Mayan Journey pays tribute to the ancient ritual that the inhabitants of these places performed. Every year one of the main deities of the Maya, the goddess Ixchel, was worshiped. The pilgrims, who were mainly women and girls, went to visit Ixchel at least twice in their lives, the first visit as a girl with her mother and the second as a mother with her daughter. They came with offerings of flowers and food, as well as various figurines with representations of the goddess.

Another of its temples is located on a high cliff at the southern tip of Isla Mujeres, from where the myth says that the Mayans could see a beautiful rainbow.



# *Ixchel Diosa de la Fertilidad*

Ixchel la diosa de la luna, era una de las deidades más importantes de la cultura Maya por el poder que le confiere el astro sobre la vida de los hombres.

Entre sus dones se encontraba todo lo regido por los ciclos de la luna como el agua, la fertilidad, las cosechas, el embarazo, los partos, así como el amor y la sexualidad. También era patrona de los textiles, la pintura, artes, medicina y curanderos.

Pero, así como daba vida también podía quitarla ya que en su cara negativa era una diosa destructora que mandaba inundaciones, enfermedades y hechizos

Ixchel, diosa maya que también fue conocida de acuerdo a sus atributos, como por ejemplo en el Chilam Balam se le llama Ix Chel (mujer arco iris), en otros escritos Chak Chel (arco iris grande), Sak U' Ixik (Señora Luna Blanca), Ix Chebel Yax (Señora del Primer Píncel) o Sinal en su advocación de diosa de los partos cuyo significado alude a la capacidad de dar a luz. Como Ixchebelyax, Ix Hunic e Ix Huinieta, se asocia a la fertilidad, la salud, la vegetación y el agua. Además, se le ha

representado con distintas características, evocando a la luna y sus distintas fases. Como joven, se asemeja a la luna llena, mientras como anciana se le reconoce como luna menguante; representada con el ojo cerrado o muerta, se relaciona con la luna nueva.

En su aspecto benévolo la diosa de la luna maya fue representada tejiendo con un telar de cintura, del cual fue creadora por lo que estaba asociada a la Araña, su tejido era el hilo de la vida, el hilo umbilical y simbolizaba su placenta. Inclusive la leyenda narra que se encontraba tejiendo cuando atrajo la mirada de su esposo, Itzam-Na, el Sol, importante dios creador con quien tuvo hijos como: Yum Kaax, dios de las plantas silvestres y de los animales relevantes para los cazadores y agricultores para cuidar su cosecha de los depredadores, además Ek Chuah el dios del cacao, de la guerra y patrono de los comerciantes. Otros de sus hijos fueron dioses de los sacrificios y de las estrellas; mientras sus hijas fueron las diosas de las aguas, de la noche y del paraíso.

Hace más de un milenio, una vez al año tenía lugar

la ofrenda prehispánica maya con un ritual metódico que iniciaba en el mercado Kii'wik. Aquí se comerciaban distintos productos que también eran utilizados para ser ofrecidos a la diosa Ixchel. Los días de mercado marcaban el momento preciso para que los canoeros completaran su preparación y embarcarse en la travesía a la isla de Cozumel y visitar el oráculo de la diosa de la fertilidad maya.

Cozumel era conocido entre los antiguos mayas como Kuzamil. Allí residían los itzaes, tantunes o mactunes (los de la puerta de la profecía). Se conocían así pues la representación de Ixchel hecha en barro, tenía una puerta secreta atrás por donde el chilam o sacerdote entraba para dictar el oráculo de la diosa.

La Travesía Sagrada Maya rinde homenaje al antiguo ritual que realizaron los pobladores de estos parajes. Cada año se rendía culto a una de las principales deidades de los mayas, la diosa Ixchel. Los peregrinos, quienes eran sobretodo mujeres y niñas, iban a visitar a Ixchel por lo menos 2 veces en la vida, la primera visita de niña en compañía de su madre y la segunda como madre junto a su hija. Llegaban con ofrendas de flores y comida, así como diversas figurillas con representaciones de la diosa. Otro de sus templos se encuentra en un elevado acantilado en la punta sur de Isla Mujeres, desde donde el mito dice que los mayas podían ver un hermoso arco iris.



Nels Anderson Fenix Health and Wellness & CEO founder

# *The medical facilitator*

## *- don't leave home without one!*

*Nels Anderson*

Fenix Health and Wellness & CEO founder

The process of deciding where to go for medical treatment abroad can be a difficult task, especially for those traveling for medical reasons for the first time. Due to the complexity of this decision-making process, some medical travelers seek the help of medical tourism facilitators to coordinate their medical travel programs. Our goal is to deliver a high quality and safe medical experience and at the very best value available abroad.

A good medical facilitator has vast knowledge of the hospitals, the doctors and the procedures they offer, their certifications, accreditations, experience and success rate, and many other details that a patient can hardly access on their own, especially in a foreign country.

Our highly detailed staff specializes in direct contact with hospitals, clinics, surgeons and recovery facilities as well as hotels, airlines and transportation services. When you choose Fenix Health and Wellness, you are guaranteed expertise, smooth logistics, custom

packages tailored to your needs and, above all, the commitment that the patient and his companion feel safe, and cared for, as if right at home.

I founded Fenix Health and Wellness as a place where you come first and your satisfaction and security are our number one priority - which is why I say: Your search is over! Fenix Health and Wellness will help you find the best quality medical treatments available in Mexico. While we cannot recommend or give medical advice, we know that the most important thing is to have a local contact, with the knowledge to eliminate any doubts a patient may have and to give you all the information needed to make the best decision on where to carry out your medical treatment. That is why we work with hospitals and clinics in 9 cities in Mexico that have been chosen with rigorous quality criteria by our team of highly trained experts.

Let Fenix Health and Wellness make this process simple and safe as we organize your health trip in Mexico.

# Hablemos de facilidades...

*Nels Anderson*

Fundador Fenix Health and Wellness & CEO

El proceso de decidir a dónde acudir por algún tratamiento médico en el extranjero puede ser una tarea difícil, especialmente para los que viajan por este motivo por primera vez. Debido a la complejidad de este proceso en la toma de decisiones, algunos viajeros por cuestiones medicas buscan la ayuda de **facilitadores de turismo médico** para coordinar sus programas y facilitar su viaje para el/ o los tratamientos médicos que necesite. Los facilitadores poseen la intención y todas las herramientas para que el paciente/turista goce de un **tratamiento seguro, de calidad** y con la mejor relación calidad-precio que se puede obtener en el extranjero.

Un buen facilitador **conoce** los mejores hospitales, a los médicos y cada uno de los procedimientos que ofrecen, así como sus

certificaciones, acreditaciones, experiencia y porcentaje de éxito, entre otros detalles a los que difícilmente puede acceder un paciente extranjero por su cuenta.

Les caracteriza el contacto directo con hospitales, clínicas, cirujanos, hoteles, líneas aéreas e instalaciones de recuperación y elegir su asesoría le garantiza: Responsabilidad, hospitalidad, logística, paquetes diseñados a su medida y, sobre todo, la constancia y compromiso de que trabajan para que el paciente y sus acompañantes se sientan seguros, como en casa.

Tal es el trato que garantizamos recibirán por parte de **Fenix Health and Wellness** donde usted es lo primordial y su satisfacción y seguridad es nuestro principal y único compromiso, es por eso que les recomendamos: ¡Simplifica tu búsqueda!

**Fenix Health and Wellness** te ayudaran a encontrar los mejores tratamientos de calidad y excelencia en México. Ellos saben lo importante es tener un contacto local y capaz, para resolver todas las dudas que usted pueda tener como paciente acerca de cualquier tipo de tratamiento que requiera. Ellos te brindarán toda la información para que tomes la mejor más acertada decisión sobre donde realizar tu tratamiento médico. Esto gracias a que trabajan con diversos Hospitales y Clínicas en 9 de las más importantes ciudades en México con unos rigurosos y exigentes criterios de calidad, siendo estas ya supervisadas por su propio equipo de expertos en la materia.

Con **Fenix Health and Wellness** te será muy fácil, cómodo y seguro organizar tu viaje de salud en México.





# ANKER

## *positions as the cutting edge oncology clinic in the west of the country.*

Since 2016 Anker Oncología Global has positioned itself as the most important and innovative cancer clinic in the state of Jalisco. We are a team of highly specialized professionals in the oncology area with more than 10 doctors with more than 20 years of experience in the area, experts in the prevention, diagnosis and treatment of cancer, trained and specialized personnel. We cover different specialties including clinical

cancer medicine, radiotherapy, onchosurgery, psycho-oncology, nutrition oncology, among others. Our interdisciplinary team's mission is make the patient feel at home, being part of his process accompanying him at all times. With our own clinical laboratory and Pathology and Cytopathology Laboratory we can offer an accurate diagnosis and attend to all the needs of our patients.

Dr. Juan Antonio Olguín Erickson Anker Medical Director - Global Specialized Oncology as of 01-01-2017.

Experience in administration of antineoplastic chemotherapy and immuno-therapy (monoclonal antibodies) from 1979 and 1997, respectively, to date.

Experience with the use of Linear Accelerator and Chemotherapy.

## se posiciona como la clínica oncológica de vanguardia en el occidente del país.

Desde 2016 Anker Oncología global se ha posicionado como la clínica oncológica más importante e innovadora del estado de Jalisco.

Somos un equipo de profesionales altamente especializados en el área oncológica con más de 10 médicos con más de 20 años de experiencia en el área, expertos en la prevención, diagnóstico y tratamiento del cáncer, personal capacitado y especializado. Cubrimos diferentes especialidades incluyendo medicina clínica oncológica, radioterapia, oncocirugía, psicooncología, nutrición oncológica, entre otras.

Nuestro equipo interdisciplinario tiene como misión hacer sentir al paciente

como en casa, siendo parte de su proceso acompañándolo en todo momento.

Con un propio laboratorio clínico y Laboratorio de patología y citopatología podemos ofrecer un diagnóstico preciso y atender todas las necesidades de nuestros pacientes.

**Dr. Juan Antonio Olguín Erickson**  
Director Médico de Anker – Oncología Global Especializada a partir del 01-01-2017.

Experiencia en administración de Quimioterapia antineoplásica e Inmunoterapia (anticuerpos monoclonales) desde 1979 y 1997, respectivamente, hasta la fecha.

Experiencia con el uso de Acelerador Lineal y Quimioterapia.



**Dr. Juan Antonio Olguín Erickson**

Carrera de Médico Cirujano y Partero en la Facultad de Medicina de la Universidad de Guadalajara. Especialista en Radioterapia y Oncología.

Médico Base en el Servicio de Oncología del Centro Médico de Occidente IMSS de 1985 a 1994 Particular.

Médico Oncólogo y Radioterapeuta, dueño y permisionario de la Unidad de Cobalto de Justo Sierra 2227-6 en Fto. Ladrón de Guevara, Guadalajara, CP 44600, tel 33-363008030, de 1990 a 2004.

Médico Asociado a Braquiterapia Ginecológica en Hospital México Americano de 1990 a 2005 (Cesio-137, carga diferida, baja tasa de dosis).

Médico Asociado en Oncología Privada Integral (Onkos) de Juan Palomar y Arias 530, Consultante en Radioterapia de 1992 a la fecha.

Médico Asociado al Hospital San Javier, Unidad de Acelerador Lineal 6 MV de 1992 a 2009, Acelerador Lineal Elekta modelo Synergy, dual 3D de 2007 a la fecha.

Médico Oncólogo y Radioterapeuta. Usuario de la Unidad de Cobalto Dr Luis Bayardo Moreno del 2005 a 2008 Director Médico de la Clínica de Radioterapia de Occidente de 2007 a la fecha.

Director Médico de Anker – Oncología Global Especializada a partir del 01-01-2017.

Experiencia en administración de Quimioterapia antineoplásica e Inmunoterapia (anticuerpos monoclonales) desde 1979 y 1997, respectivamente, hasta la fecha. Experiencia con el uso de Acelerador Lineal y Quimioterapia.

### **Profesor;**

\*Profesor extraordinario del Módulo de Oncología en la Facultad de Medicina de la U de G.

Departamento de Clínicas Médicas de 2003 a la fecha.

\*Múltiples cursos en las Sociedades Médicas de Cancerología de Guadalajara y en el Capítulo Jalisco de la Sociedad Mexicana de Oncología 1985 a la fecha.

\*Profesor en Cursos de Seguridad Radiológica

### **Sociedades Médicas Estatales**

Sociedad de Cancerología de Guadalajara Colegio de Oncología Médico-quirúrgica de Jalisco.

### **Nacionales**

Sociedad Mexicana de Estudios Oncológicos (SMEO) Miembro activo Sociedad Mexicana de Radioterapia (SOMERA), miembro activo Sociedad Mexicana de Mastología, miembro activo.

### **Internacionales**

American Association for the Advancement of Science, 11th Feb 2002 American Society Clinical Oncology (ASCO,) desde 1990 American Society Therapeutic Radiology and Oncology (ASTRO) hasta la fecha.



# DESCUBRE EL NUEVO VOLVO XC60 2020

EL GALARDONADO SUV QUE TRASPASA LOS  
LÍMITES DEL ESTILO Y LA INNOVACIÓN





PILOT ASSIST (TECNOLOGÍA DE ASISTENCIA AL CONDUCTOR)  
CITY SAFETY (SISTEMA DE FRENADO AUTOMÁTICO) / PANTALLA 9" CON SENSUS CONNECT  
PREGUNTA POR NUESTRO PROGRAMA DECIDE VOLVO.

## VISÍTANOS EN:

**Suecia Car Minerva**  
3208-8080  
[www.sueciacarminerva.com](http://www.sueciacarminerva.com)

**Suecia Car Galerías**  
3208-8089  
[www.sueciacarguadalajara.com](http://www.sueciacarguadalajara.com)

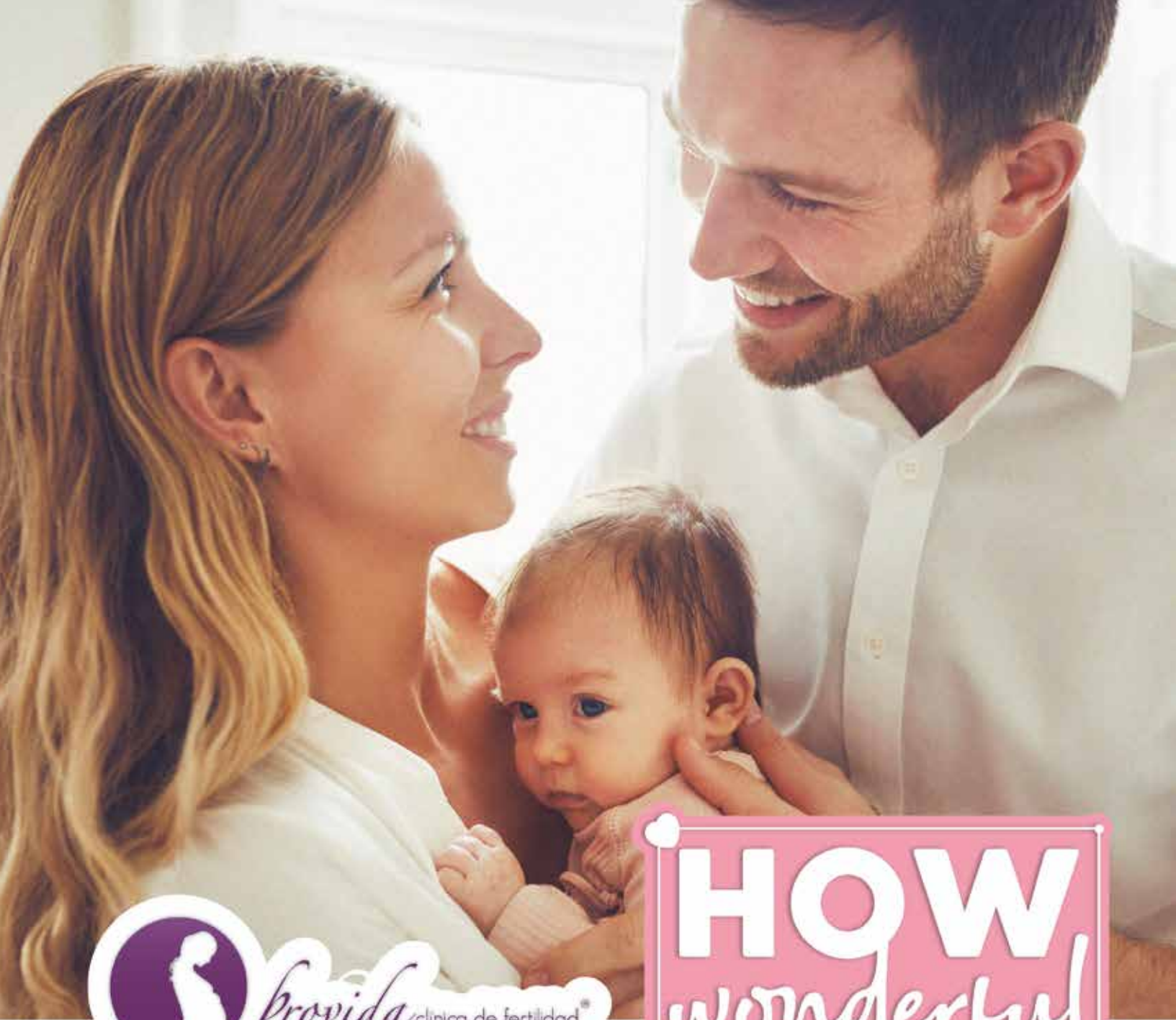
 SUECIA CAR GALERÍAS/MINERVA

 VOLVO GUADALAJARA

 33 1895 5432

IMAGEN DE CARÁCTER ILUSTRATIVO.

 **camcar**  
GRUPO AUTOMOTRIZ



**CALL  
US  
NOW!**



+ 52 1 33 18 78 97 62

**MEX**

+ 52 1 33 36 28 20 05

+ 52 1 33 39 47 87 52

**USA**

¡Contactanos!

+ 1 714 425 51 40

[www.providafertilidad.com](http://www.providafertilidad.com)

**HOW  
wonderful  
it would be  
to have a  
baby**

*Qué maravilloso sería tener un Bebé*