

Red Trinitas-Saint Joseph nuevo tratamiento para la depresión

Paterson, NJ- La red para la salud emocional Trinitas-Saint Joseph ofrece Estimulo Magnético Transcranial (TMS, sus siglas en inglés), como una opción de tratamiento para los individuos que sufren de depresión, que no se han beneficiado de las terapias iniciales de medicación antidepressiva.

A pesar de ser un tratamiento más nuevo para la depresión, TMS es una opción probada con tasas de eficacia impresionantes y resultados de investigación.

“La TMS está indicada para el tratamiento de adultos con depresión mayor, que no han respondido al menos a un antidepressivo. Estamos entusiasmados de traer esta opción de terapia a los residentes de Nueva Jersey, ofreciendo nuevas esperanzas para una condición compleja”, dijo el Dr. Carlos Rueda, Presidente de Psiquiatría para la Red de Salud Emocional Trinitas-St. Joseph.

Trinitas-St. Joseph se asocia con Centros de Tratamiento HPR (una división de Centros TMS de América), para abrir dos instalaciones de tratamiento en el Condado de Essex, antes de junio de 2018, seguido por otros seis sitios al norte de Nueva Jersey, durante el próximo año.

“Esta asociación nos permite trabajar con dos de las instituciones médicas líderes en el estado, de manera de proporcionar una completa y continua atención, para tratar a los que sufren de depresión. Hemos estado ofrecien-



do TMS a los pacientes en todo el país, lo que nos ha permitido conocer de primera mano el impacto significativo que el tratamiento tiene en los pacientes. Hemos visto a personas con depresión que han perdido la esperanza de recuperarse, logrando su curación a través de TMS”, dijo Ben Klein, fundador y director general de los Centros de Tratamiento HPR. Magnetismo no invasivo

La mitad de los 15 millones de estadounidenses con depresión no pueden tolerar o no responden a los medicamentos antidepressivos. BrainsWay Deep TMS, aprobado por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, sus siglas en inglés), es un tratamiento no invasivo que estimula el cerebro, utilizando campos magnéticos en una amplitud similar a la utilizada para una resonancia magnética. El

tratamiento no tiene efectos secundarios sistémicos y no requiere hospitalización, ni anestesia. Hasta la fecha, la terapia ha demostrado ser efectiva en más de 60 ensayos clínicos en todo el mundo.

“Se cree que la depresión es causada por la disfunción eléctrica de una región del cerebro, conocida como la corteza prefrontal dorsolateral. A través de una estimulación magnética altamente focalizada, somos capaces de impulsar la función del cerebro en esta región, permitiendo una curación de la depresión”, dijo el Dr. Rueda.

Debido a que la TMS es un tratamiento no farmacológico y no invasivo, los pacientes están despiertos durante el procedimiento y pueden volver a las actividades diarias, incluyendo la conducción de vehículos, inmediatamente después de la sesión.

“Estamos muy contentos de trabajar con los Centros de Tratamiento HPR para ayudar a Trinitas y Saint Joseph a ofrecer soluciones de salud mental óptimas a sus pacientes y asociarse con ellos en esta iniciativa, que abordará un desafío creciente en el tratamiento de pacientes con enfermedades mentales. Tenemos la suerte de asociarnos con los Centros de Tratamiento HPR, ya que han demostrado un verdadero liderazgo en el aumento del acceso a la TMS profunda para los pacientes de todo el país. Al proporcionar las herramientas necesarias para ayudar a estas renombradas instalaciones a tratar a los pacientes que están sufriendo de trastornos mentales, estamos permitiendo mejores resultados para los pacientes”, dijo Joe Perekupka, vice presidente de BrainsWay.

Estudiantes Voluntarios al Servicio de Alumnos con Necesidades Especiales



Estudiantes voluntarios de la Academia de Educación para Maestros de UC TECH planearon y organizaron un elaborado carnaval de actividades de dos horas a principios de este mes para 140 estudiantes con necesidades especiales. Crédito de la foto: UC-TECH.

Condado de Union, NJ - A principios de este mes, un grupo de 51 estudiantes en grados 9 a 11 del Teacher Education Academy en UC TECH organizó un carnaval bajo techo para estudiantes con necesidades especiales. Más de 140 participantes de la comunidad asistieron al

evento y disfrutaron el plinko, el hoyo de maíz, la revolución de la danza, las actividades de hula hoop, un DJ, premios y más.

UC TECH es parte del Union County Vocational-Technical School District del Condado de Union. Se encuentra en el campus principal en

1776 Raritan Road en Scotch Plains.

“Quiero felicitar a los estudiantes del Teacher Education Academy por un evento exitoso, y desearles lo mejor en sus futuras carreras”, dijo el Presidente de los Freeholders, Sergio Granados. “Cuando los jóvenes toman la iniciativa del

servicio comunitario, su energía y entusiasmo son inspiradores. El esfuerzo que estos estudiantes ponen en la planificación y preparación del carnaval es un maravilloso ejemplo para todos nosotros”.

“El carnaval anual les ofrece a los estudiantes una manera de poner en

SECCION PROFESIONAL

ABOGADOS

JULIO SANCHEZ

Abogado

- Accidentes de Automóvil
- Caídas por negligencia de otro
- Accidentes de Trabajo
- Muerte por Negligencia (wrongful death)
- Caos de Incapacidad al Seguro Social

425 Elmora Ave., Elizabeth
(908) 355-0666

QUIROPRACTICOS

DR. ERNESTO MARTICORENA DR. SOKRATIS DRAGONAS

ACCIDENTES DE AUTOMOVILES
DOLORES DE ESPALDA Y CUELLO

ELIZABETH CHIROPRACTIC & REHABILITATION
560 Newark Ave. Elizabeth, NJ
(908) 355-3358

ACUPUNTURISTA

DR. MICHAEL LEE (L.Ac.)

Terapia fuerte y efectiva para el dolor de espalda, cuello, dolor de cabeza, “stress”, insomnio, ansiedad, y su salud.

Elizabeth Rehabilitation

560 Newark Ave., Elizabeth, N.J. Tel. 908-355-3358

Consejos para tener una figura estupenda este verano

Por Laura Posada, coach de vida y portavoz de Wonderful Pistachios

Chicas (y chicos!), se acerca el verano y estamos en el momento ideal para preparar nuestras figuras y poder sentirnos saludable física y mentalmente. Aquí les traigo unos consejos simples para lograr esa figura de verano tan deseada:

En cuanto a la alimentación: Hay que tener cuidado con el consumo de carbohidratos, especialmente los que están llenos de azúcares y harinas. Pero recuerda que no todos los carbohidratos son malos. Hay carbohidratos complejos que sí puedes comer; por ejemplo las espinacas, el brócoli, el

práctica sus lecciones en el salón de clase mientras sirven a la comunidad”, dijo Peter Capodice, superintendente de escuelas vocacionales técnicas. “Me gustaría aprovechar esta oportunidad para agradecer a nuestra instructora principal de la Academia de Educación Docente, la Dra. Anne Marie McNamara, por su ejemplar dedicación a la tutoría y al fomento del liderazgo estudiantil en Vo-Tech”.

Mientras el DJ mantuvo el evento de dos horas avanzando, los estudiantes distribuyeron premios como capitanes de los juegos y sirvieron como capitanes de carnaval para guiar a los participantes a través de 10 estaciones de actividades diferentes. Al final del evento, los 51 estudiantes voluntarios formaron una línea para enviar a los participantes a casa con un “aplauso” entusiasta.

El carnaval anual es la culminación de un esfuerzo de recaudación de fondos y planificación de un año por parte de los estudiantes. Además de proporcionar un día de diversión para los participantes, el carnaval les permite a los estudiantes obtener experiencias prácticas con temas académicos, incluido el desarrollo humano, contacto con estudiantes diversos y la teoría del psicólogo.

Para más información UC-TECH y todas las escuelas Vo-Tech, visite a www.ucvts.org.



calabacín y las lentejas. Estos tienen fibra, proteína y son bajos en azúcar, lo cuales son buenas opciones para dieta.

Si te da ganas de comer un snack a media mañana o media tarde, ten a la mano una porción de Wonderful Pistachios, ya que por porción te aportan 3 gramos de fibra, 6 gramos de proteína y 13 gramos de grasas no saturadas (buenas grasas).

Además, trata de evitar las bebidas altas en azúcar; esto también incluyen las sodas y las bebidas energéticas. Si bien es cierto, te hidratan pero están tan llenas de azúcares que esto contrarresta cualquier beneficio que puedan aportar. ¡Así que a tomar mucha agua!

En cuanto al ejercicio: es importante aumentar el tiempo y la intensidad del ejercicio cardiovascular (caminar, correr, andar en bicicleta, nadar, bailar), pero no te quedes solo allí.

Hay que sumarle el ejercicio de resistencia (con pesas) para tonificar y fortalecer partes específicas del cuerpo. La idea es prestar atención a todo el cuerpo, incluyendo brazos, piernas, los glúteos y sobre todo el abdomen. Si quieres lucir bien en bikini, ¡hay que darle duro a los abdominales!

En cuanto al cuidado de la piel: no podemos olvidarnos de cuidar nuestra piel si queremos que todo nuestro cuerpo se vea regio y saludable. Ponte hidratante a diario, y regularmente hazte una exfoliación en todo el cuerpo para eliminar todas las impurezas y las células muertas. Recuerda que en verano sudamos más y estos tratamientos podrían ayudar a que tu piel luzca mejor, más fresca y radiante. Es fundamental usar en todo momento un buen bloqueador solar para evitar la insolación y las manchas de piel.

MURGADO & CARROLL, Esqs.

Abogados

Abierto de Lunes a Viernes, incluso citas por la noche

Le ayudaremos en todo tipo de caso legal:

ACCIDENTES ❖ INMIGRACIÓN
DIVORCIOS ❖ CORTE MUNICIPAL
ACCIDENTES DE TRABAJO

La Consulta es Gratis para Casos de Accidentes

761 Westfield Avenue
Elizabeth, New Jersey 07208

(908) 659-0101

