

Consejos

Trastornos del sueño

Los trastornos del sueño son un amplio grupo de padecimientos que afectan el desarrollo habitual del ciclo sueño-vigilia. Algunos trastornos del sueño pueden ser muy graves e interferir con el funcionamiento físico, mental y emocional del individuo generalmente se nota por padecer insomnio: que es sueño insuficiente, intranquilo, de mala calidad, o no restaurador. Piernas inquietas: este es un trastorno en el cual se desea o necesita mover las piernas para interrumpir sensaciones molestas. Terrores nocturnos: este trastorno se caracteriza por el despertar abrupto y aterrorizado de la persona. Sonambulismo: las personas caminan o realizan otra actividad estando aún dormidas el diagnóstico es importante además de seguir un registro cuidadoso de la historia del paciente.

ño insuficiente, intranquilo, de mala calidad, o no restaurador. Piernas inquietas: este es un trastorno en el cual se desea o necesita mover las piernas para interrumpir sensaciones molestas. Terrores nocturnos: este trastorno se caracteriza por el despertar abrupto y aterrorizado de la persona. Sonambulismo: las personas caminan o realizan otra actividad estando aún dormidas el diagnóstico es importante además de seguir un registro cuidadoso de la historia del paciente.



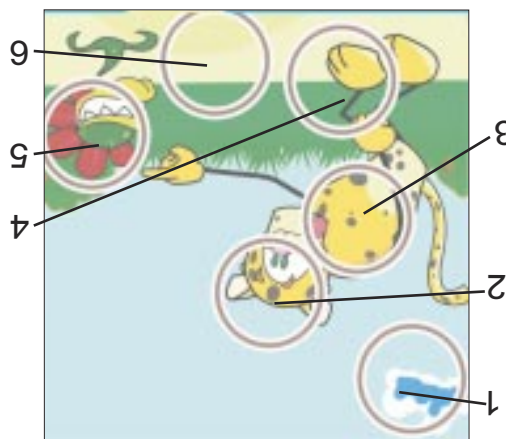
*** Si tienes dudas relacionadas con moda, hogar y belleza, envíalas a: diario_imagen@yahoo.com.mx y al día siguiente publicaremos las respuestas.

¿Sabías que en un día como hoy..?



2002.- Muere la actriz mexicana Katy Jurado, quien actúa en más de 70 películas durante la Época de Oro del cine nacional, como "Internado para señoritas", "Nosotros los pobres" y "Cárcel de mujeres". Es nominada a un Oscar como Mejor Actriz Secundaria por "Broken lance" (1954). Nace el 16 de enero de 1924.

DIFERENCIAS



Solución

HORÓSCOPOS *Escribe: Amaya*

- ARIES • 21 MARZO-20 ABRIL**
La risa es buena para aliviar el alma y sacar lo que tienes adentro para que este no regrese más.
- TAURO • 21 DE ABRIL-21 MAYO**
Las palabras se las llevará el viento, por lo que será hora de actuar conforme lo que tenías planeado.
- GÉMINIS • 22 MAYO-21 JUNIO**
Hoy serás lo más justo que puedas, más que todo con las personas que necesitan de ti en estos momento.
- CÁNCER • 22 JUNIO-22JULIO**
No dejes para mañana lo que puedes hacer hoy. Esa será tu consigna del día.
- LEO • 23 JULIO-23 AGOSTO**
Los problemas en la vista será la principal molestia con la que tengas que lidiar durante este día.
- VIRGO • 24 AGOSTO-22 SEPTIEMBRE**
Aportarás ayuda a las personas que te rodean, en especial aquellos necesitados de lo positivo que pueden encontrar en ti.
- LIBRA • 23 SEPTIEMBRE-23 OCTUBRE**
Tendrás que aplicar unas buenas dosis de diplomacia durante el día para poder llevar todos los asuntos de tu vida.
- ESCORPIÓN • 24 OCTUBRE-22NOVIEMBRE**
La delicadeza que uses para dar una mala noticia será el punto acertado para que otras personas no se desanimen.
- SAGITARIO • 22 NOVIEMBRE-21 DICIEMBRE**
Al encontrarse Plutón durante este día en sintonía con tu vida astral, hace que lleguen los cambios.
- CAPRICORNIO • 22 DICIEMBRE-20 ENERO**
Vas a enfocarte en lo que para ti es primordial, sobre todo en cuanto a lo emocional se refiere para estar tranquilo.
- ACUARIO • 21 ENERO-18 FEBRERO**
No mal interpretes las palabras de una persona que es sabia, la mejor guía que tendrás a lo que te sucede es lo que te diga.
- PISCIS • 19 FEBRERO-20 MARZO**
Desde que te despertaste estas deseando volver a la cama y esto se debe a que no te sientes del todo bien.

TIPASTRAL

CACTUS. El cactus posee cualidades mágicas tales como la protección y castidad. Debido a sus espinas, todas las especies de cactus son protectoras. Si se cultivan en el interior protegen contra intrusos y ladrones, y también absorbe las malas influencias. Para que la protección se mayor debe plantarse afuera orientado a todas las direcciones.

San Judas Tadeo

Oh glorioso Apóstol San Judas Tadeo, siervo fiel y amigo de Jesús, el nombre del traidor ha sido causa de que fueses olvidado de muchos, pero la Iglesia te honra y te invoca como patrón de las causas difíciles. Ruega por mí para que reciba yo los consuelos y el socorro del cielo en todas mis necesidades, tribulaciones y sufrimientos. (haga petición). Ruega por nosotros y por todos los que piden tu protección. Amén.



Récele a San Charbel, su vida y espíritu encontrarán paz. Visítelo en la Iglesia de San Agustín, ubicada en Horacio esq. Musset Col Polanco, México, D.F. (Recórtelo y llévelo en su cartera)



Oración al Niño de Atocha

Sapientísimo Niño de Atocha, general protector de todos las hombres, general amparo de desvalidos, medico divino de cualquier enfermedad. Poderosísimo Niño: yo te saludo, yo te alabo en este día y te Ofrezco estos tres Padre Nuestros y Ave Marías con Gloria Patri, en memoria de aquella jornada que hiciste encarnado en las purísimas entrañas de tu amabilísima Madre, desde aquella cuidada santa de Jerusalén llegar a Belén. Por cuyos recuerdos que hago en este día te pido me concedas lo que te suplico, para lo cual interpongo estos méritos y los acompaño con los del coro de los Querubines y Serafines, que están adornados de perfectísima sabiduría, por los cuales espero, preciosísimo Niño de Atocha, feliz despacho en lo que te ruego y pretendo, y estoy cierto que no saldré desconsolado de tí, y lograré una buena muerte, para llegar a acompañarte en Belén de la gloria. Amén.