



La importancia de la vacunación p.2

La neumonía aún causa millones de muertes en todo el mundo

Los niños menores de 2 años y los adultos mayores de 65 son los que tienen más riesgo de contraer la enfermedad.

Estética y salud / P. 4

¿CUÁNDO
CONVIENE CAMBIAR
LOS IMPLANTES
MAMARIOS?

→ BREVES

VIGILANCIA A FÁRMACOS

La Federación Argentina de Enfermedades Poco Frecuentes (Fadepof), presentará el primer manual diseñado para pacientes vinculado a la seguridad de los medicamentos. La "farmacovigilancia" permite conocer mejor el efecto a largo de plazo de los tratamientos, algo muy relevante frente a enfermedades crónicas y complejas, informaron mediante un comunicado.

TALLER DE GLAUCOMA

El servicio de Oftalmología del Hospital Italiano invita al taller de glaucoma y control de la presión ocular, el jueves 30 de noviembre a las 18 horas, en Potosí 4265, 5° piso, aula 18, CABA. Los controles periódicos, un diagnóstico temprano y un correcto tratamiento médico pueden evitar la ceguera por glaucoma. Para más información: (011) 4959-0348. www.oftalmohi.com/glaucoma.

PROHIBICIÓN DE ANMAT

La Administración Nacional de Medicamentos y Alimentos (Anmat) prohibió la comercialización de maíz inflado Las Dos Hermanas porque se trata de "un producto que no puede ser identificado en forma fehaciente y clara como producido, elaborado y/o fraccionado en un establecimiento determinado". Una denuncia por "riesgo alimentario" respecto del producto motivó una investigación sobre el producto.

→ En nuestro país, uno de cada diez adultos es diabético p.3



Trastornos de la retina. Los pacientes que desarrollan un progresivo daño visual suelen ver manchas negras o imágenes borrosas.

Diabetes y daño visual

Los trastornos en la retina que se originan por la enfermedad constituyen la principal causa de ceguera en todo el mundo. Si bien son condiciones crónicas, las opciones terapéuticas permiten tratar y controlar la pérdida de visión, y ayudan a continuar con las actividades cotidianas.

→ SEGÚN EL GARRAHAN

El 95% de las quemaduras ocurre en el hogar

Quemarse es algo habitual, sobre todo en la infancia. Pero en los chicos, puede ser muy grave. Las quemaduras son la tercera causa de muerte por trauma en los niños mayores de un año y la quinta causa más común de lesiones no fatales durante la infancia, alertó el hospital Garrahan.

Las autoridades del nosocomio pediátrico advirtieron que “en Argentina todos los días un niño sufre quemaduras moderadas o de gravedad” y señalaron que el 95% de esos siniestros ocurren en el hogar.

“Las quemaduras son una causa frecuente de internación en niñas y niños y pueden dejar secuelas importantes e incluso poner en riesgo la vida”, señalaron desde el hospital.

→ CORREO DE LECTORES

vidaysalud@dib.com.ar

vida&salud hoy

Semana del 9 al 15 de noviembre de 2017.
Edición Nº 984. Año XVII.

Medios Gráficos que insertan el suplemento en sus ediciones e imprimen en sus talleres:

Ecos Diarios, Necochea. Calle 62 Nº 2486

El Debate, Zárate. Justa Lima Nº 950

El Norte, San Nicolás. Francia Nº 64

El Progreso, General Alvear. Alsina Nº 231

El Tiempo, Azul. Burgos y Belgrano

La Mañana, Bolívar. Alvear Nº 47

La Mañana, 25 de Mayo. Calle 11 e/ 23 y 24 Nº 457

La Opinión, Trenque Lauquen. Roca Nº 752

La Razón, Chivilcoy. Av. Sarmiento Nº 74

La Voz de Bragado, Bragado. Belgrano Nº 1650

La Voz del Pueblo, Tres Arroyos. Av. San Martín Nº 991

Noticias, Pehuajó. Av. Perón Nº 370

Nueva Era, Tandil. Gral. Rodríguez Nº 445

Resumen, Pilar. San Martín Nº 128

El Progreso, Hurlingham. Julio A. Roca Nº 1065

Tiempo, Nueve de Julio. Libertad Nº 759

TiempoSur, Santa Cruz. Comodoro Rivadavia Nº 175

Es una publicación propiedad de

Diarios Bonaerenses S.A.

Director: Alfredo Ronchetti

Consejo Editor: Haroldo Zuelgaray. José Filippini

Producción Comercial: Ricardo Beltrán:
rbeltran@dib.com.ar - rmbelt@gmail.com

Oficina Central

Calle 48 Nº 726, piso 4º. La Plata, Buenos Aires.

Telefax (0221) 4220054 / 4220084

Contactos

E-mail: editor@dib.com.ar

E-mail: publicidad@dib.com.ar

Internet: www.dib.com.ar

Registro DNDA en trámite

HOSPITALIZACIÓN E INSUFICIENCIA RESPIRATORIA, ENTRE LAS CONSECUENCIAS

La neumonía aún causa 1,6 millones de muertes por año en todo el mundo

Los niños menores de 2 años y los adultos mayores de 65 son los que tienen más riesgo de contraer la enfermedad. Piden generar más conciencia sobre la importancia de la vacunación.

■ En Argentina, cada año 38 de cada mil adultos mayores de 65 años se ven afectados por la neumonía, una afección que puede ser mortal y de la cual muchas personas no son conscientes de sus señales y síntomas.

Si bien suele relacionarse la enfermedad con una infección generalizada en bebés y niños pequeños, los adultos mayores pueden estar en riesgo de padecerla debido al debilitamiento del sistema inmunológico, relacionado con la edad.

De acuerdo a una investigación realizada por la Fundación del Centro de Estudios Infectológicos (Funcei) junto con el apoyo del laboratorio Pfizeruno de cada cuatro adultos que contrae neumonía fallece durante el primer año de recibido el diagnóstico.

El informe fue realizado entre 2012 y 2015 e incluyó a 3 mil personas de tres ciudades en Argentina, Paraguay y Uruguay, indicando que sólo el 16,7% de las personas habían sido vacunadas contra la neumonía.

“El Día Mundial contra la Neumonía representa un importante recordatorio sobre qué tan graves pueden ser esta enfermedad y sus complicaciones. No obstante, la educación y la sensibilización siguen siendo cruciales”, señaló Alejandro Cané, médico infectólogo, Jefe de Asuntos Médicos y Científicos de Pfizer América Latina.

→ **Entre 2012 y 2014, en Argentina, la cantidad de internaciones por neumonía en niños menores de 5 años se redujo más de un 47%.**

Los adultos con neumonía pueden sufrir repercusiones significativas debido a la infección. Esta enfermedad puede provocar ausentismo laboral, hospitalización y posibles complicaciones como insuficiencia respiratoria (que requiere un respirador artificial o ventilador, y sepsis, una condición en la que se presenta una inflamación incontrolada en el cuerpo y que puede causar una disfunción orgánica generalizada.

La enfermedad neumocócica, incluyendo la neumonía neumocócica, se refiere a un grupo de enfermedades que son causadas por la bacteria *Streptococcus pneumoniae*, también conocida como neumococo. Los síntomas de la neumonía neumocócica incluyen tos, fiebre, escalofríos y dificultad para respirar.



Vacunación. Es fundamental para controlar las formas graves de la enfermedad.

Aunque cualquier persona puede contraer la enfermedad neumocócica, algunas enfrentan un mayor riesgo de infección, entre ellos, los niños menores de dos años y los adultos de 65 años o más.

Entre otros de los factores de riesgo para padecer neumonía neumocócica se encuentran diabetes, asma, enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) y un sistema inmunológico suprimido. El tabaquismo y el alcoholismo también aumentan el riesgo.

LA VACUNACIÓN

La vacunación puede ayudar a prevenir la neumonía neumocócica, uno de los tipos más comunes de la enfermedad.

El objetivo del Día Mundial contra la Neumonía, que se celebra cada 12 de noviembre desde 2009, es ayudar a combatir la neu-

monía y crear conciencia sobre los peligros potenciales que esta enfermedad representa para los niños y adultos en todo el mundo.

La neumonía, que incluye la neumonía neumocócica, es una de las principales causas infecciosas de muerte infantil alrededor del mundo. Sin embargo, es fundamental que los adultos mayores también comprendan la importancia de la atención preventiva y adopten medidas al respecto.

Entre 2012 y 2014, en Argentina, la cantidad de internaciones por neumonía en niños menores de 5 años se redujo más de un 47%, con un ahorro estimado en gasto público por más de 80 millones de pesos al año desde 2012, cuando se incluyó en el Calendario Nacional de Vacunación gratuita y obligatoria a la vacuna contra el neumococo.

Además, se redujo en un 62%

la cantidad de internaciones por meningitis y en un 72% las provocadas por bacteriemias (bacterias en sangre), afecciones que, junto con la sepsis (infección generalizada), tienen al neumococo como el agente causal más frecuente, según datos que publicó por ese entonces el Programa Nacional de Control de Enfermedades Inmunoprevenibles (Pronacei) de la cartera sanitaria nacional, en base a datos reunidos por las unidades que vigilan esas patologías en cinco hospitales públicos de diferentes regiones del país.

De acuerdo a esas estadísticas, desde 2012 cada año se han evitado en promedio unas 12.800 internaciones de niños menores de 5 años, una cifra equivalente a 25 veces la capacidad total del Hospital Nacional de Pediatría “Juan Pedro Garrahan” de la ciudad de Buenos Aires. ■

Nueva advertencia de la OMS para prevenir la resistencia a los antibióticos



La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomendó a los agricultores y la industria alimentaria que “deje de usar antibióticos rutinariamente para promover el crecimiento y prevenir enfermedades en animales sanos”, con el objetivo de evitar la resistencia a esos medicamentos.

Así, las nuevas recomen-

daciones de la OMS buscan preservar la efectividad de los antibióticos importantes para la medicina humana al reducir su uso innecesario en animales.

“En algunos países aproximadamente el 80% del consumo de antibióticos médicamente importantes se usa en el sector de los animales, principalmente para

la promoción del crecimiento en ejemplares sanos”, precisaron.

Y agregaron: “El uso excesivo e indebido de antibióticos en animales y humanos está contribuyendo a la creciente amenaza de resistencia a los antibióticos. Algunos tipos de bacterias que causan infecciones graves en humanos ya desarrollaron

resistencia a la mayoría de los tratamientos disponibles, y hay muy pocas opciones prometedoras”.

En ese sentido, el director general de la OMS, Tedros Adhanom Ghebreyesus, afirmó que “la falta de antibióticos efectivos es una amenaza de seguridad tan grave como el brote repentino y mortal de una enfermedad”. ■

LA IMPORTANCIA DE LA PREVENCIÓN

Los trastornos en la retina originados por la diabetes son la causa más común de ceguera

Los pacientes que desarrollan un progresivo daño visual suelen ver manchas negras o imágenes borrosas, lo que ocasiona dificultades para realizar actividades cotidianas.

■ La diabetes incrementa en forma significativa el riesgo de desarrollar enfermedades de la retina, que pueden desencadenar una pérdida severa de la visión. Por eso, los especialistas insisten en la importancia de detectar en forma temprana la presencia de “retinopatía diabética” y “edema macular diabético”, condiciones que constituyen la causa más común de ceguera en todo el mundo.

La diabetes es una enfermedad crónica que aparece cuando el páncreas no produce insulina suficiente o cuando el organismo no utiliza eficazmente la insulina que produce. En nuestro país, uno de cada diez adultos la padece.

El efecto de la diabetes no controlada es la hiperglucemia (aumento del azúcar en la sangre). Si no es adecuadamente tratada, la diabetes puede generar daño en los vasos sanguíneos grandes y pequeños, y ocasionar severas complicaciones en el largo plazo, lo que impacta fundamentalmente sobre la salud del corazón, de los riñones y de la vista.

Al respecto, Félix Puchulu, Jefe de la División Diabetología del Hospital de Clínicas ‘José de San Martín’, sostuvo que “existe

un gran subdiagnóstico de la diabetes, por eso, además de llevar una vida saludable, la primera recomendación es realizarse chequeos médicos con frecuencia, para conocer los valores de los factores de riesgo y tomar las medidas necesarias para tener un nivel de glucemia dentro de los parámetros recomendados y prevenir el desarrollo de esta enfermedad que en nuestro país es de carácter epidémico”.

Para quienes sí saben que tienen diabetes, Puchulu remarcó que un adecuado control de su enfermedad contribuye a cuidar la salud de la vista: “La detección a tiempo y un correcto manejo de la diabetes ayudan a prevenir o demorar el avance de la pérdida de visión. Por eso, el marco que brinda el Día Mundial de la Diabetes es la mejor oportunidad para que se acerquen al hospital y se realicen un control”.

Marcelo Zas, Jefe de la Sección Retina de la División Oftalmología del Hospital de Clínicas ‘José de San Martín’ de la Universidad de Buenos Aires, puntualizó que “quienes no tienen diabetes también deben controlarse la vista para hallar a tiempo cualquier trastorno. Es cierto que las perso-



Síntomas. Los pacientes que desarrollan un daño en la retina por la diabetes suelen ver manchas negras o imágenes borrosas.

nas con diabetes están en mayor riesgo de ver comprometida su vista, pero la edad es un factor de

riesgo independiente, por lo que éste no es un problema que atañe exclusivamente a las personas con diabetes”.

Los trastornos de la visión ocasionados por la diabetes son los principales factores de pérdida de visión. El oftalmólogo explicó que los síntomas que puede ocasionar la retinopatía diabética y el edema macular diabético son visión borrosa, ver onduladas o distorsionadas las líneas rectas, ver manchas negras o hallar dificultad para leer o ver con claridad los detalles.

“Cuando se percibe cualquier alteración en la vista, no hay que dejarse estar y pensar es fruto inevitable del paso del tiempo, sino que se debe realizar una consulta inmediatamente para dar con el diagnóstico correcto y tomar las medidas que sean necesarias”, agregó Zas.

La retinopatía diabética y el edema macular diabético son condiciones crónicas. De todos

➔ **La retinopatía diabética y el edema macular diabético** son

condiciones crónicas. De todos modos, las opciones terapéuticas actuales permiten tratar y controlar la pérdida de visión, preservar la vista por más tiempo y ayudan a continuar desarrollando las actividades de todos los días.

modos, las opciones terapéuticas actuales permiten tratar y controlar la pérdida de visión, preservar la vista por más tiempo y ayudan a continuar desarrollando las actividades de todos los días. ■

EL IMPACTO EMOCIONAL Y LA REHABILITACIÓN VISUAL

La gran mayoría de los pacientes mantiene su independencia. Sin embargo, uno de los aspectos más difíciles de superar es la carga emocional que representa una pérdida grave de visión. Al recibir el diagnóstico, muchas personas atraviesan emociones como shock, enojo, negación, incredulidad, pérdida, ira, resentimiento y tristeza. Es importante prestar adecuada atención a estos sentimientos y pedir ayuda si es necesario.

Tal como destacó Graciela Morel, vicedirectora del Centro de Rehabilitación ASAC, “quienes aprenden a adaptarse a una visión alterada, logran seguir haciendo las cosas que aman hacer, con independencia y confianza. Por ejemplo, si disfruta de la lectura, puede intentar usar una video lupa o escuchar audiolibros”.

“El equipo de Rehabilitación Visual contribuye a hacer frente a la situación de las personas con baja visión. Ofrece

una variedad de apoyos, dispositivos y técnicas para optimizar posibilidades visuales de cada persona”, especificó Morel.

Para acompañar a pacientes y a familiares con consejos de concientización, y para contribuir a la convocatoria para el evento del 14 en el Hospital de Clínicas, ASAC viene desarrollando una campaña de redes sociales bajo los hashtags #cuidatuvista y #controlatudiabetes.

ES LA CIRUGÍA ESTÉTICA MÁS REALIZADA EN EL MUNDO

Implantes mamarios: ¿cuándo es conveniente cambiarlos?

Aparición de dolor, cambios de tamaño y a la altura del pezón, deben ser primeras señales que lleven a la consulta con el médico.



Implantes. La aparición de dolor y los cambios de tamaño, entre las primeras señales de alarma.

■ El implante mamario es una de las cirugías estéticas más realizadas en el mundo. En algunos casos, se utiliza en reconstrucciones luego de cirugías por cáncer de mama, pero en la mayoría, se coloca con fines estéticos para aumentar el tamaño del busto, para unificar tamaños diferentes o para levantamientos en pacientes que han amamantado o perdido peso.

“Cuando una paciente es sometida a un aumento mamario con implantes se genera una gran expectativa que en general favorece mucho la evolución postoperatoria”, explicó Juan Manuel Di Diego, cirujano plástico y director médico del centro médico y estético Crenyf.

El especialista aclaró que si bien los implantes mamarios son muy seguros en la actualidad, “constituyen un cuerpo extraño que colocamos dentro del cuerpo, y como tal, desencadenan una serie de factores que tienden a generar defensa o protección”.

Por eso explicó que “ante la pregunta: ‘¿ya estoy de alta, doctor?’ La respuesta siempre debe ser siempre ‘no, usted es una paciente a quien le he colocado un implante mamario y mientras lo tenga colocado es mi responsabilidad cuidar su evolución”.

El cuerpo humano se encuentra en constante cambio y adaptación, y en algún momento de la

evolución pueden surgir pequeñas modificaciones que “deben alertar al médico a evaluar la posibilidad de recambiar esos implantes antes de llegar a una contractura extrema de la cápsula con riesgo de ruptura y el consiguiente derrame de silicona en el lecho quirúrgico”.

El problema, explicó Di Diego, es que “hay muchos pacientes que han dejado de asistir a los controles anuales de sus implantes y que se han adaptado tanto a tenerlos que no perciben los cambios graduales que ellos van generando”. Y añadió: “Esos pequeños cambios son los que más deben alertar a las pacientes, ya que una correcta detección podría derivar en una cirugía de recambio”. ■

a diferente nivel podría corresponder a una contractura incipiente de la cápsula y se debe consultar.

■ **3. Cambios en la altura del pezón y aréola.** Una diferencia tanto en la altura del pezón como en la dirección del mismo podría corresponder a contracturas capsulares. Este signo no debe ser confundido con las diferencias de altura o dirección que se ven en el postoperatorio inmediato y que podrían corresponder a variaciones anatómicas normales o errores en la técnica.

■ **4. Aparición excesiva del polo superior o escote.** En

las contracturas de la cápsula los implantes suelen observarse a simple vista, se ven los bordes superiores bien marcados dejando una redondez antinatural en el escote.

■ **5. Cambios de tamaño.** Un implante contracturado suele dar una mama redonda y más pequeña, como si el envase quedase chico y el implante quisiera escaparse.

■ **6. Aparición de ondulaciones.** A menudo las contracturas se manifiestan con pequeñas ondulaciones que pueden ser visualizadas sobre la piel. Al tacto impresionan como si fuese una ropa de cama mal estirada.

PRINCIPALES SEÑALES DE ALARMA

■ **1. Aparición de dolor.** El dolor no es habitual, no hay que acostumbrarse a él y ante la aparición del mismo se debe consultar. Muchas veces el dolor antecede a los signos de cambios de la forma. Cuando el dolor se hace permanente y se acompaña de un endurecimiento extremo de la mama se debe consultar inmediatamente por el riesgo de ruptura.

■ **2. Cambios en la altura del surco mamario.** Estando de pie y frente al espejo se deberán levantar los brazos y observar la altura del surco inframamario. Si una mama está más alta que la otra viéndose



Realidad virtual, tecnología y videojuegos, nuevos aliados en terapias de rehabilitación

Un laboratorio universitario argentino utiliza plataformas online comerciales y las adaptan a las distintas necesidades.

■ Videojuegos, realidad virtual, inteligencia artificial y una plataforma online de ejercitación tridimensional son las tecnologías que se utilizan en el Laboratorio de Rehabilitación Virtual de la Universidad de San Martín (Unsam) para atender a pacientes con dificultades neuromotoras.

“Las aplicaciones y videojuegos que usamos son comerciales, depende de las habilidades de los profesionales para que los transformemos para ser utilizados con los pacientes”, explicó Juan Aranda Garrido, director del Laboratorio que funciona en el Centro de Atención Universitario (CAU).

Licenciado en Terapia Ocupacional, el profesional llegó al CAU con su proyecto de usar tecnologías en el proceso de rehabilitación luego de su propia experiencia como sobreviviente de un accidente de tránsito.

“Una larga internación y años de rehabilitación me hicieron pensar y buscar opciones que motiven a los pacientes -que de pacientes no tienen nada- para que salgan adelante más allá de sus ganas, en un entorno que los acompañe”, contó en diálogo con la agencia Télam.

Adentrarse en el CAU es tener la posibilidad de descubrir que las personas que necesitan recuperar o mejorar sus funciones físicas pueden hacerlo en un ambiente luminoso, colorido, cuidado y con aparatologías y dispositivos adecuados a cada necesidad, incluso tecnológicos.

Con el plus de que allí llegan quienes no tienen ningún tipo de cobertura en salud, por derivación y luego de un análisis de cada caso del equipo interdisciplinario.

“Otra característica del Laboratorio que lo hace distintivo es que utilizamos la plataforma ‘Motmi’ de rehabilitación virtual desarrollada en Córdoba, desarrollado con el asesoramiento de

distintos profesionales”, explicó Aranda Garrido.

Él fue uno de los que aportó su experiencia para el desarrollo que permite que las personas se ejerciten en un ambiente tridimensional lúdico, monitoreado en tiempo real y supervisado en forma automática a través de la detección del cuerpo mediante la utilización del sensor de movimientos Microsoft Kinect.

“El paciente que usa realidad virtual hace una rehabilitación intuitiva, responde al juego sin pensarlo y así, ejercita”, destacó profesional.

LAS SESIONES

Cada sesión es grabada para que el profesional de la salud la pueda evaluar y notificar al paciente a través de mensajes por pantalla. Los ejercicios están planeados como un juego, en el que hay que subir de nivel a medida que se avanza en la rehabilitación.

“Esta plataforma nos permite ramificar la rehabilitación. Estamos trabajando para que sea considerada un producto de apoyo por las obras sociales, porque si alguien quiere tenerla en su casa debe contar con consola, la cámara específica y pagar el software”, señaló el profesional.

El paciente más pequeño con el que trabaja tiene cuatro años, pero hay de todas las edades. La mayoría de las patologías que se tratan son neurológicas y motoras “como Parkinson, secuelas de ACV, hemiplejía, esclerosis y traumatológicas”, explicó.

Lo primero que se utilizó en el Laboratorio -y se sigue utilizando- es la consola Wi, “porque hay investigaciones científicas, con datos y estadísticas, que sustentan que ir incorporando los juegos con mandos de la consola y de la plataforma, permite medir el equilibrio, la lateralidad, entre otras posibilidades”.