



Cardiología P.2

El dolor de pecho puede ser un problema grave aunque no se trate de un infarto

La presencia de enfermedad microvascular es una condición más frecuente en mujeres tras la menopausia y en personas con diabetes.

En el mundo / P. 4

CRECEN LAS
ENFERMEDADES
DE TRANSMISIÓN
SEXUAL

→ BREVES

CONSUMO DE NUECES

Una nueva investigación de la Universidad de Marshall (Estados Unidos) identificó el consumo de nueces como un factor que podría reducir el crecimiento de los cánceres de mama en ratones. En concreto, el consumo de 57 gramos de nueces al día durante unas dos semanas cambió significativamente la expresión génica en los tumores ya confirmados.

SALUD MENTAL

En un gran estudio del que participaron más de 100.000 personas, investigadores de la Escuela de Medicina Icahn en Mount Sinai, en Estados Unidos, aplicaron un método novedoso de aprendizaje automático para identificar 413 asociaciones genéticas con esquizofrenia a lo largo de 13 regiones del cerebro. El examen permitió a los investigadores identificar nuevos genes asociados con la enfermedad.

BEBIDAS AZUCARADAS

Los latinoamericanos tienen el consumo más alto de bebidas azucaradas en el mundo, según un estudio presentado en la reunión anual de la Sociedad Estadounidense de Nutrición. "El consumo más alto de bebidas y jugos de fruta azucarados se encontró en la región latinoamericana, donde tanto las bebidas endulzadas comerciales como las hechas en casa se toman en abundancia", indicó el estudio.

→ El tratamiento comienza con la dieta de exclusión P.3



Leche de vaca. Es una de las alergias alimentarias más comunes entre los chicos.

Cada vez nacen más niños con alergias alimentarias

Llantos persistentes, reacciones en la piel y dolencias gastrointestinales como reflujo o cólicos, son síntomas que permiten sospechar de esta condición. Insisten en la necesidad de detectar los cuadros a tiempo, porque cuanto más tarde se diagnostican, mayor es el riesgo de comprometer las curvas de crecimiento.

→ MITOS Y VERDADES

¿La miel es más sana que el azúcar?

La miel es un endulzante natural que muchos prefieren antes que el azúcar, pero ¿es tan saludable como se cree? La presidenta de la Sociedad Argentina de Nutrición, Mónica Katz, explicó que “ambas poseen ventajas y desventajas por lo que no existe beneficio neto de elegir una o la otra”.

Ambos son endulzantes calóricos, y están compuestos por los mismos azúcares (monosacáridos): “En el primer caso, su porcentaje es 50% fructosa y 50% glucosa, mientras que la miel es 40% fructosa y 30 % glucosa, el resto es agua”.

Si se toma en cuenta que la miel contiene minerales y antioxidantes, y que su índice glucémico es menor que al del azúcar, la miel sigue siendo la mejor opción, pero una cuchara de miel aporta 23 kcal, mientras que una de azúcar aporta 16 kcal.



CORREO DE LECTORES

vidaysalud@dib.com.ar

vida&salud hoy

Semana del 13 al 19 de junio de 2019. Edición N° 1067. Año XVII.

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

Ecos Diarios, Necochea. Calle 62 N°2486

El Debate, Zárate. Justa Lima N° 950

El Norte, San Nicolás. Francia N°64

El Progreso, General Alvear. Alsina N°231

El Tiempo, Azul. Burgos y Belgrano

La Mañana, Bolívar. Alvear N°47

La Mañana, 25 de Mayo. Calle 11 e/ 23 y 24 N° 457

La Opinión, Trenque Lauquen. Roca N°752

La Razón, Chivilcoy. Av. Sarmiento N°74

La Voz de Bragado, Bragado. Belgrano N°1650

La Voz del Pueblo, Tres Arroyos. Av. San

Martín N°991

Noticias, Pehuajó. Av. Perón N°370

Nueva Era, Tandil. Gral. Rodríguez N°445

Resumen, Pilar. San Martín N°128

El Progreso, Hurlingham. Julio A. Roca N°1065

Tiempo, Nueve de Julio. Libertad N°759

TiempoSur, Santa Cruz. Comodoro Rivadavia

N°175

Impacto, de Los Toldos. Avellaneda N°604

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 N° 726, piso 4°. La Plata, Buenos Aires.

Teléfono (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

CARDIOLOGÍA

Dolor de pecho: aunque no sea un infarto puede tratarse de un problema grave

La presencia de enfermedad microvascular es una condición más frecuente en mujeres tras la menopausia y en personas con diabetes.

■ La enfermedad microvascular de las pequeñas arterias genera síntomas similares a los del infarto, como dolor opresivo en el pecho, que puede irradiar al brazo o la mandíbula, fatiga y falta de aire, pero estudios habituales como el electrocardiograma o la ergometría no suelen detectarla. Entonces, por error, a veces se cree que se está meramente ante un falso positivo. Por eso, los especialistas hacen hincapié en la necesidad de no subestimar los signos y estudiar a estos individuos detalladamente con métodos más sofisticados.

“La enfermedad coronaria más conocida es la producida por la aterosclerosis, donde se obstruye parcial o totalmente alguna arteria coronaria. Sin embargo, hay enfermedades que -aun compartiendo los mismos síntomas característicos- tienen otro origen, se hallan por fuera de las grandes arterias y se ubican en las más pequeñas, cuyo funcionamiento no se evalúa con los estudios habituales”, explicó Ricardo Iglesias, expresidente de la Sociedad Argentina de Cardiología.

“Quienes presentan trastornos en la microcirculación, se internan con frecuencia porque sienten dolor de pecho persistentemente, pero se les efectúa una batería de estudios

→ “No hay que minimizar el dolor o pensar que el paciente exagera o es algo hipocondriaco, pensamientos frecuentes en ausencia de lesión evidente”, señaló el especialista.

Los factores de riesgo para la enfermedad microvascular son los mismos que para cualquier afección cardíaca, es decir, presentar diabetes, colesterol elevado, hipertensión, fumar y tener obesidad o sobrepeso. Además, influyen el sedentarismo, historia familiar de cardiopatía y la edad y llevar una vida poco saludable. La inflamación crónica por enfermedades como artritis reumatoidea o lupus, o la deficiencia de estrógenos, pueden contribuir a la aparición de este trastorno.

El mecanismo que afecta a las



Enfermedad microvascular. Es una problemática más común en mujeres tras la menopausia.

convencionales y pareciera que no tuvieran nada. Hoy sabemos -además- que el pronóstico para esta enfermedad no es tan bueno, porque muchos pacientes en los que esta afección evolucionaria pueden terminar en infarto, inclusive en insuficiencia cardíaca o la muerte”, sostuvo Iglesias.

“Hay que tener una nueva visión, otra apertura para ver que la enfermedad coronaria existe más allá de la placa aterosclerótica, a veces incluso coexisten”, manifestó el especialista recientemente, durante un

encuentro con expertos organizado días atrás por el laboratorio Teva.

El especialista puso el ejemplo de pacientes que sí tienen una arteria tapada, por los que se les realiza una técnica conocida como ‘cateterismo’, que desobstruye la arteria y elimina la placa aterosclerótica: “Los datos indican que, entre ellos, 1 de cada 3 seguirá teniendo dolor dentro de los 6 meses, aun cuando esa intervención haya sido exitosa y la arteria esté bien. Evidentemente, allí está coexistiendo la enfermedad aterosclerótica con problemas de

microcirculación”.

Es necesario considerar, agregó, que puede haber otro mecanismo involucrado “que muchas veces no es detectado a través de un cateterismo y hay que usar otros métodos diagnósticos, como la resonancia magnética nuclear o la tomografía por emisión de positrones (PET, por sus siglas en inglés), que son estudios algo más sofisticados que evalúan cómo se contraen o dilatan las arterias más pequeñas; este es un concepto innovador”, sostuvo Iglesias. ■



FACTORES DE RIESGO

arterias microscópicas no es la obstrucción, sino que no se dilatan o se contraigan, produciendo microespasmos¹. De acuerdo con lo indicado por el especialista, esta enfermedad “es más común en mujeres y existe una relación con la edad menopáusica, donde bajan los niveles de estrógeno, que favorecía la dilatación de los vasos. Las mujeres jóvenes presentan cáncer de mama, pero a partir de los 50, sufren del corazón”.

“En ocasiones, se cree que estos episodios en mujeres son ataques de pánico y no se piensa en un

origen cardiovascular. Lo cierto es que si hay dolor de pecho, hay que al menos sospechar y a lo sumo luego descartar un cuadro de trastornos en la microcirculación”, enfatizó Iglesias frente a sus colegas en el evento organizado por el laboratorio Teva.

“No hay que minimizar el dolor o pensar que el paciente exagera o es algo hipocondriaco, pensamientos frecuentes en ausencia de lesión evidente. Suelen ser pacientes con internaciones reiteradas, que llevan una vida cada vez más limitada y, al final, uno se percata

de que no estaban bien diagnosticados. No es algo benigno, tienen chances concretas de producir un infarto”, advirtió el especialista. El tratamiento de la enfermedad microvascular de las pequeñas arterias, una vez alcanzado el diagnóstico, tiende a ser abordado a través de la administración de algún medicamento de la familia de las estatinas, en altas dosis. Con frecuencia, entre otras alternativas terapéuticas, también suele requerir bloqueantes cálcicos, que son drogas que actúan directamente sobre la microcirculación.

Uno de cada tres jóvenes tuvo un consumo excesivo de alcohol en mayo



Uno de cada tres jóvenes de entre 15 y 19 años tuvo episodios de consumo excesivo de alcohol durante mayo en territorio bonaerense, según un informe de la Defensoría del pueblo de la provincia de Buenos Aires, al tiempo que se advirtió sobre las modalidades de "canilla o barra libre" que se utilizan en

fiestas privadas o clandestinas.

"En la Defensoría se abrió un expediente ante una reciente investigación periodística y los informes oficiales dan cuenta que uno de cada tres jóvenes de entre 15 y 19 años ha tenido episodios de consumo excesivo de alcohol durante el último mes", dijo

el defensor adjunto, Walter Martello. Y agregó que "el indicador supera el 52% si se tiene en cuenta los consumidores de esa franja etaria que beben de forma regular o esporádica", a través de un comunicado difundido a la prensa.

Asimismo, apuntó que desde el Observatorio de

Adicciones y Consumos Problemáticos de la Defensoría se siguen indicadores "preocupantes", entre los que mencionó "la baja en la edad de inicio en lo que se refiere a la ingesta recurrente de bebidas alcohólicas" y la modalidad de "canilla libre" en fiestas privadas o clandestinas. ■

ES IMPORTANTE EL DIAGNÓSTICO PORQUE PUEDE INTERFERIR EN EL CRECIMIENTO

Alergia a la proteína de la leche de vaca: nacen 7 mil chicos por año con esta condición

Llantos persistentes, reacciones en la piel y dolencias gastrointestinales como reflujo o cólicos, son síntomas que permiten sospechar la existencia de alergias a los alimentos.

■ Las alergias a los alimentos son cada vez más frecuentes entre los niños. La más común es la alergia a la proteína de la leche de vaca, y se estima que unos 7 mil chicos nacen con esta condición cada año en la Argentina.

Del 10 al 16 de junio se conmemora por segundo año consecutivo la 'Semana Argentina de las Alergias Alimentarias', por lo que expertos de la Asociación Argentina de Alergia e Inmunología Clínica (AAAeIC) y otras disciplinas vinculadas al manejo de estos pacientes, insistieron en la necesidad de sospechar los cuadros a tiempo, porque cuanto más tarde se diagnostica y se trata la alergia alimentaria, mayor es el riesgo de comprometer seriamente las curvas de crecimiento de los niños.

En general, los niños con alguna alergia alimentaria suelen debutar con dos o más síntomas, tales como vómitos, reflujo, diarreas y/o deposiciones con moco y sangre (60% de los casos). La condición puede también afectar la piel, presentándose con eczemas

importantes, urticarias y/o edemas en labios y párpados, inmediatamente a la ingesta del alimento ofensor. Con menor frecuencia algunos niños pueden presentar una reacción alérgica severa con riesgo potencial de muerte, denominada 'anafilaxia'.

"La leche de vaca, huevo, trigo y soja son los alimentos que más alergia desencadenan en niños pequeños. Entre adultos, en cambio, las originan sobre todo los frutos secos, los mariscos, los pescados y el maní", indicó Karina López, directora del Comité de Alergias Alimentarias y Anafilaxia de la AAAeIC.

Por su parte, Claudio Parisi, médico pediatra especialista en alergia e inmunología, ex presidente de la AAAeIC, sostuvo que "es muy importante que los padres estén atentos a estas manifestaciones y se las comuniquen al pediatra, quien tomará las medidas pertinentes, como por ejemplo derivar al paciente con el especialista en alergia o gastroenterología. Una de las claves, sin lugar a dudas,



Dieta de exclusión. No bien se confirma la alergia hay que suprimir el alimento sospechado.

será no perder tiempo, porque está en juego la salud y la calidad de vida del niño y su familia, y porque es necesario iniciar un tratamiento para prevenir consecuencias más severas".

LA DIETA DE EXCLUSIÓN

El tratamiento de la alergia a

la proteína de la leche de vaca (APLV) comienza con la 'dieta de exclusión', que significa suprimir la ingesta del alimento sospechado. En el caso de la leche de vaca y sus derivados, debería suprimirlo la mamá mientras amamanta a su bebé, y luego el niño, cuando inicia la etapa de alimentación complementaria", subrayó Christian Boggio Marzet, pediatra gastroenterólogo y Coordinador del Grupo de Trabajo en Gastroenterología y Nutrición Pediátrica del Hospital Pirovano.

Un factor que influye sobre la APLV es la microbiota, que es el conjunto de gérmenes que habitan el cuerpo humano, 95% de los cuales se alojan en el tubo digestivo y son beneficiosos para la salud. Contribuyen a sintetizar vitaminas, metabolizar hidratos de carbono, medicamentos y además presentan una estrecha vinculación con el sistema inmunológico.

"Los bebés que nacen por parto vaginal adquieren gran parte de su microbiota aspirando gérmenes beneficiosos al transitar el canal de parto de la mamá, además de la que adquieren del medio ambiente, mientras que los que nacen por cesárea solo reciben los gérmenes presentes

en la sala de partos o el quirófano. En un estudio llevado a cabo en nuestro hospital comprobamos que en los bebés nacidos por cesárea la prevalencia de alergias a la proteína de la leche de vaca fue casi el doble", explicó Boggio Marzet. "Hay mucha investigación en curso respecto de la relación entre la microbiota y el desarrollo del sistema inmunológico durante toda la vida, no solo en la primera infancia", agregó.

En aquellos casos de niños con APLV que no puedan recibir leche materna ni por supuesto leche de vaca, la opción de reemplazo deberá ser indicada especialmente por el médico gastroenterólogo pediatra y con su estricto seguimiento. En general suelen recomendarse leches de fórmula especiales, cuya provisión para estos cuadros está garantizada por una ley nacional (n° 27.305).

Algunas de estas fórmulas tienen beneficios clínicamente comprobados en la reducción de las manifestaciones alérgicas y en la severidad de los síntomas. Además, su combinación de prebióticos tiene un efecto bifidogénico que mejora la microbiota y contribuye a modular el sistema inmune del niño. ■

NO ES INTOLERANCIA A LA LACTOSA

La alergia a la proteína de la leche de vaca es una condición diferente de la intolerancia a la lactosa, situación que también genera manifestaciones de alergia. De hecho, la lactosa es importante para un óptimo desarrollo gastrointestinal: es el primer carbohidrato presente en la leche materna, contribuye a modular positivamente la microbiota intestinal, aumenta la absorción del calcio, que es clave para la mineralización ósea y mejora la palatabilidad.

"Como medida de prevención, existe coincidencia internacional en la importancia de mantener la lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses de vida. Mientras que

cuando el bebé comienza a recibir otro tipo de alimentos, se debe cumplir minuciosamente con las pautas alimentarias que vaya proponiendo el pediatra", recomendó por su parte María Eugenia Gervasoni, miembro del Comité de Alergias Alimentarias y Anafilaxia de la AAAeIC.

Entre los factores que incrementan el riesgo de que el bebé desarrolle alergia a algún alimento, se destaca el componente hereditario (predisposición alérgica -no solo alimentaria- de padres y hermanos), lactancia materna inferior a los 3 meses, consumo temprano de leche de vaca, y nacimiento por cesárea, como ya fue explicado.

MÁS DE UN MILLÓN DE PERSONAS LAS CONTRAEN CADA AÑO

Las enfermedades de transmisión sexual, en alza en todo el mundo

Crecen las tasas de clamidia, gonorrea, tricomoniasis y sífilis, según un reciente informe de la OMS.



Preservativo. Es el único método anticonceptivo que previene las ETS.

■ Más de un millón de personas al día en todo el mundo contraen una enfermedad de transmisión sexual (ETS), y las tasas de clamidia, gonorrea, tricomoniasis y sífilis son las más preocupantes, según un informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

La gran mayoría de las infecciones son fácilmente prevenibles y curables, pero algunas, en particular la gonorrea, se están convirtiendo en formas de súper bacterias y son cada vez más difíciles de tratar con antibióticos, dijo la OMS.

“Las infecciones de transmisión sexual están en todas partes. Son mucho más comunes de lo que pensamos”, dijo a medios Teodora Wi, funcionaria médica del departamento de investigación y salud

→ **Las ETS son una “amenaza para la salud persistente y endémica en todo el mundo”** y tienen un profundo impacto en la salud tanto de adultos y niños, indicó la OMS.

reproductiva de la OMS.

El informe mostró que en 2016, año con las cifras más recientes, entre hombres y mujeres de entre 15 y 49 años de edad hubo 127 millones de nuevos casos de clamidia, 87 millones de gonorrea, 6,3 millones de sífilis y 156 millones de tricomoniasis.

Las ETS son una “amenaza para la salud persistente y endémica en todo el mundo” y tienen un profundo impacto en la salud tanto de adultos y niños, indicó la OMS.

Si no se tratan, pueden provocar efectos crónicos y graves que incluyen enfermedades neurológicas y cardiovasculares, infertilidad, embarazo ectópico, muerte fetal y un mayor riesgo de VIH.

Sólo la sífilis causó un estimado de 200.000 muertes fetales y muertes de recién nacidos en 2016, lo que la convierte en una de las principales causas de pérdida de bebés a nivel mundial, según la investigación.

Peter Salama, director ejecutivo de la OMS para la cobertura universal de salud, dijo que los datos mostraron la necesidad de “un esfuerzo concertado para garantizar que todos, en cualquier lugar, puedan acceder a los servicios que necesitan para prevenir y tratar

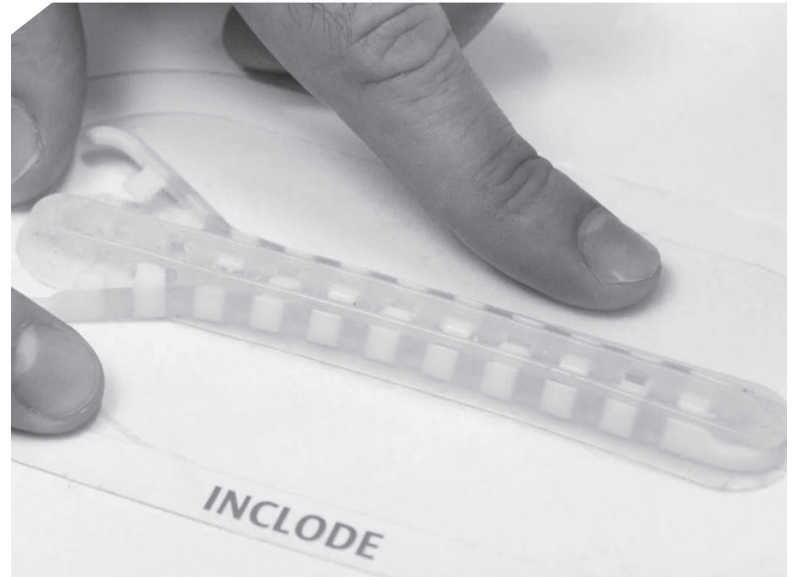
→ **La creciente resistencia de los medicamentos a los tratamientos de gonorrea también es una amenaza para la salud en aumento.**

estas enfermedades debilitantes”.

Las infecciones sexuales causadas por bacterias normalmente pueden tratarse y curarse con medicamentos ampliamente disponibles, pero el estudio de la OMS mostró que la reciente escasez en el suministro mundial de penicilina benzatínica hacía más difícil controlar la sífilis.

La creciente resistencia de los medicamentos a los tratamientos de gonorrea también es una amenaza para la salud en aumento.

Tim Jinks, especialista en enfermedades infecciosas de la organización benéfica de salud global Wellcome Trust de Gran Bretaña, dijo que el aumento en los casos de ETS fue alarmante, especialmente dado que algunos antibióticos se están volviendo menos efectivos debido a la resistencia a los medicamentos. ■



Crean un innovador dispositivo para cicatrizar heridas quirúrgicas

Científicos argentinos idearon un parche autoadhesivo que busca reemplazar al método artesanal de sutura.

■ Profesionales argentinos crearon un innovador dispositivo que facilita la cicatrización de heridas quirúrgicas y reduce los riesgos de infección después de una cirugía, informó la Secretaría de Gobierno de Ciencia, Tecnología e Innovación Productiva.

Se trata de “Inclode”, un parche autoadhesivo con un mecanismo de sellado propio que busca reemplazar al método artesanal de la sutura, que depende en gran medida de la habilidad de quien la realiza.

“Lo que buscamos es que haya menos infecciones en el sitio de las cirugías, menos dolor durante las recuperaciones y mejores resultados estéticos, como consecuencia de cicatrices mucho más chicas con respecto a las de una sutura tradicional”, explicó el médico Diego Fridman, quien desarrolló la idea junto a su colega Pablo Luchetti y el diseñador industrial Luciano Poggi.

El especialista detalló que el producto debe utilizarse “antes de la cirugía” y “no después de un traumatismo”.

“Si vos te cortás al caerte en la calle, no se puede pegar arriba y cerrar. Es para una cirugía cuando la piel está todavía sana, uno coloca la lámina y esto serviría, por ejemplo, para operaciones de hernias o cesáreas”, precisó, y adelantó que están diseñando “un prototipo para laparoscopías, otra necesidad que plantearon los cirujanos”.

Los tres investigadores se postularon en 2014 junto al Centro de Estudios Infecciónológicos S.A., más conocido como Stamboulia Servicios de Salud, para un subsidio de la Agencia Nacional de Promoción Científica y Tecnológica, y recibieron un presupuesto que completó los 2.098.967 pesos en febrero de 2019, precisó la cartera de Ciencia en un comunicado.

Consultados sobre cómo utilizar el parche, los creadores

explicaron que “a la hora de realizar una incisión, el cirujano previamente ubicaría la lámina del aparato en el sitio a operar”.

“Posteriormente -continuaron-, en vez de utilizar una sutura o grapas, dos métodos invasivos para reunir la epidermis, el médico simplemente deberá correr una cremallera como quien sella una bolsa al vacío, enfrentando los bordes de la herida sin lastimar la

→ **“Lo que buscamos es que haya menos infecciones en el sitio de las cirugías, menos dolor durante las recuperaciones y mejores resultados estéticos, como consecuencia de cicatrices mucho más chicas con respecto a las de una sutura tradicional”,** explicó el médico Diego Fridman.

piel hasta lograr la cicatrización”.

“Finalmente, se retira el conjunto como cualquier otro apósito”, completaron.

Se espera que Inclode llegue al mercado a finales de 2019, una vez superadas las instancias de evaluación que estipula la Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica (Anmat).

“La invención está patentada en nuestro país y los Estados Unidos, donde también aguarda su aprobación sanitaria por la Administración de Alimentos y Medicamentos norteamericana (FDA, por sus siglas en inglés)”, agregó la cartera de Ciencia. ■