Año 7 Nº 15 - Primavera 2007 - Publicación de distribución gratuita

vida

La revista del Hospital Universitario Austral

Sida:
Los nuevos peligros de una enfermedad que mata a 40 millones de personas en el mundo

Mitos y Verdades de la Medicina:
Cuando el saber popular se equivoca.

Solidaridad en salud

La salud, una cuestión de todos

Cada uno elige la forma de colaborar con los demás: desde su saber, desde la contención, desde su popularidad, desde su tiempo libre. Quiénes están detrás de las cientos de iniciativas que, en la Argentina, buscan acercar la salud a los más necesitados.

La Unidad de Traducción Clínica
¿El futuro de la Medicina Regenerativa?

A partir de los 40, ver bien para vivir mejor.

A partir de los 40 años, gradualmente se torna cada vez mas difícil enfocar los objetos para verlos de cerca, por ejemplo al leer el diario, un libro o el menú de un restaurante. Este es el resultado de un proceso denominado Presbicia.

La presbicia es una consecuencia natural que nos afecta a todos. A medida que el tiempo pasa, el cristalino (la lente natural del ojo humano) va perdiendo su capacidad de enfoque de los objetos a diferentes distancias.

Las lentes multifocales FreeForm, son la solución integral para recuperar una perfecta visión de cerca, lejos y media distancia; porque son las únicas que se fabrican personalizadas a su medida, en función de sus necesidades y parámetros visuales.

FreeForm

Lentes Multifocales Personalizadas

Tan únicas y personales que llevan sus iniciales.

Laser Engraving System

OPULENS

Consulte periódicamente a su oftalmologo.
Adquiéralo en:

OPTICA VICTORIA
Rivadavia 399
Pilar (1629)
Tel: 02322-434703

PUPILENT
Pedro Lagrave 400
Pilar (1629)
Tel: 02322-422406

+VISIÓN PASEO PILAR
Paseo Pilar - L.24
Panamericana Ramal Pilar Km. 44
Tel: 02320-657407

PFÖRTNER CONTACTOLOGÍA - ÓPTICA
Shopping Torres Del Sol L. 224
Pilar (1629)
Tel: 02322-473479

Solidarios en lo diario

Ante catástrofes climáticas y situaciones de gran necesidad en nuestro país, la solidaridad ha sido causa de unión y de superación de divisiones. Tenemos muy frescos recuerdos de habernos unido en esas circunstancias para ayudar a personas que estaban sufriendo y habían perdido todo. Situaciones muchas veces extremas, en las que se pusieron de manifiesto virtudes también en grado extremo.

Pero es cierto que, al igual que las circunstancias, esas expresiones solidarias son excepcionales. Son muy valiosas y necesarias, pero no forman parte del comportamiento habitual de una sociedad. En cambio, sí integra la vida diaria el apoyo que tantas personas brindan cotidianamente, de las más diversas maneras, para satisfacer las necesidades de otros.

A lo largo de más de 7 años de vida de este Hospital, hemos puesto nuestro mejor esfuerzo en ser una institución solidaria, muchas veces con limitaciones y concientes de que aún tenemos bastante por hacer. Queremos ser solidarios como institución, pero también solidarios por el comportamiento individual de cada uno de los que la integramos.

Estos esfuerzos se expresan de maneras muy diversas: desde el cuidado del enfermo, la ayuda a personas sin medios económicos, el apoyo de iniciativas a favor de los más necesitados, viajes de los servicios médicos a regiones pobres y alejadas. Todos ellos expresan nuestra misión, y siempre tendremos más por hacer, y hacerlo mejor.

Pero como institución, también nosotros necesitamos del apoyo solidario de la comunidad, de nuestros pacientes, de la sociedad que se beneficia con una institución que, aún conciente de sus limitaciones, está dedicando toda su energía a favor del cuidado y la recuperación de la salud, en investigaciones de vanguardia y en la formación de mejores médicos y enfermeras.

La mayoría de los medios materiales –edificio y equipamiento– con los que hoy contamos son fruto de la magnanimidad y confianza de una familia. Nosotros tenemos la responsabilidad de administrarlos y seguir creciendo.

En los últimos 12 meses, hemos construido y puesto en funcionamiento un piso de Internación Pediátrica, un motivo de orgullo para nuestra comunidad, y fruto de numerosas personas e instituciones, que entendieron con profundidad el significado de este proyecto y no dudaron en apoyarnos con su aporte económico.

Y para continuar con este crecimiento, con la inversión en nuevas estructuras, servicios médicos, equipamiento y la continua formación de nuestros profesionales, necesitamos y necesitaremos siempre de la generosidad de pacientes y amigos.

Y como mencioné al principio, es muy importante estar presentes solidariamente ante las grandes necesidades. Pero es muy heroica la presencia de nuestros amigos y pacientes que, con su aporte –grande o pequeño–, hacen posible que sigamos trabajando juntos, solidariamente, al servicio de las personas.

José Puiggari

José Luis Puiggari
Director General del Hospital Universitario Austral

sida

12 Solidaridad

Hacer visible lo invisible
"Las personas deciden solidarizarse porque no hay otra manera de vivir", afirma el médico Abel Albino. A través de distintas iniciativas y motivados por la realidad que vive el país en cuestión de salud, mucha gente decide unirse para contribuir al bienestar general. ¿Quiénes son estas personas que buscan, día a día, acercar la salud a quienes más lo necesitan? ¿De qué manera intentan hacer visible lo invisible?

18 Infectología

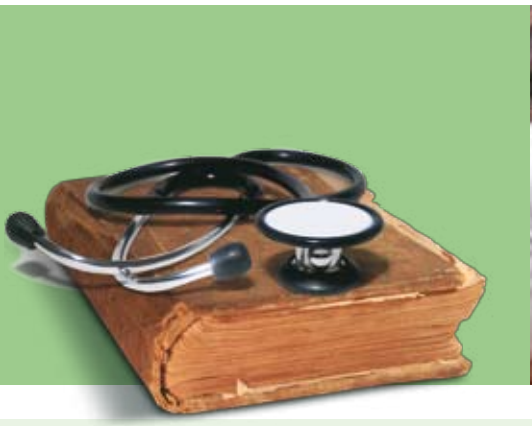
El sida entre nosotros
En la Argentina, entre 130.000 y 150.000 personas conviven con el virus del VIH. El sida ya no es una enfermedad propia de usuarios de drogas o de hombres que tienen sexo con hombres. La fidelidad y la monogamia, las claves de la prevención.

30 Pediatría

Una batalla contra la meningitis
La información y la prevención son dos herramientas fundamentales para combatir una enfermedad que tanto asusta a padres de niños pequeños. Conocer los síntomas y saber que existen distintos tipos y que no todos son mortales ayuda a poner distancia y disipar temores. Tres médicos especialistas cuentan de qué se trata la enfermedad, de qué manera puede prevenirse y cuáles son las señales que deberían alertarnos para evitar sorpresas. Mitos que deberían desecharse y verdades para agendar.

34 Investigación

Quirófano + Laboratorio
La Unidad de Traducción Clínica, que posibilitará regenerar órganos o reparar tejidos y tener un quirófano en el mismo lugar para evitar contaminaciones, está a punto de ser una realidad. El Dr. Alejandro Nieponice, ideólogo del proyecto, cuenta los beneficios de la integración.



22 Actualidad

Mitos y verdades de la Medicina
¿Las comidas grasas producen acné? ¿Puede ser dañino usar chupete? Ante una quemadura, ¿hay que colocar dentífrico o manteca en la zona? Estos mitos y otros tantos forman parte de la sabiduría popular, no siempre está basada en pruebas científicas.

26 Servicios del HUA

La presión sube...
La hipertensión arterial es la enfermedad crónica más frecuente en nuestro país. De los 40 años a los 99, la sufre más del 30% de la población, pero también afecta a jóvenes y a niños. El nuevo Centro de Hipertensión Arterial del HUA tiene la respuesta.

49 Enfermería

Cuidar también es educar
Durante la internación, la enfermera ocupa una tarea fundamental basada en el cuidado y acompañamiento del paciente. Sin embargo, el vínculo que se genera también da lugar para otra labor, quizás más trascendente, que puede dejar huellas luego del alta: la educación. El aprendizaje del paciente no pasará sólo por la administración de medicamentos ni por el cambio hacia conductas más saludables, sino también por la obtención de valores humanos.

Staff

Dr. Marcelo Pellizzari
Editor general

Consejo editorial
Dra. Beatriz Gavier
Lic. Guillermo Nanni
Lic. Teresa Escobar

GAC
Grupo Abierto Comunicaciones

Director: Jaime Smart
Editora General: Maricruz Barcia
Redacción: Victoria Llorente, Lucila Peró, Paula Markous y Mariana Israel.
Director de Arte: Fabián Canosa
Ilustraciones: Alexiev Gandman

Director Comercial: Pedro Alberio
Publicidad: Lic. Guillermo Ocampo
Teléfono: 4513-4030

Fotografía: Marko Vombergar y Luz Costantini
Impresión: FP Impresora

La publicación de opiniones personales, vertidas por colaboradores y entrevistados, no implica que sean necesariamente compartidas por la dirección de Vida. El material que se edita en esta revista puede ser reproducido, siempre que se mencione la fuente.

03 Editorial
06 Noticias del HUA
10 Noticias de la Universidad
38 Vida empresaria
48 Preguntas al Doctor
50 La voz del paciente

Solidarios en la altura

El equipo de Dermatología del HUA viajó por tercera vez a Salta para atender gratuitamente a los enfermos e investigar sobre las patologías típicas en la provincia. Los profesionales atendieron a 390 personas de las localidades salteñas de Molinos, Seclantás, La Puerta, El Refugio y Brealito. Acerca de las enfermedades de los pacientes, el **Dr. Raúl Valdez**, Jefe de Dermatología, declaró que se encontraron con males derivados de la ubicación de los pueblos, enclavados en cerros de hasta 3.500 metros de altura. "Observamos gran cantidad de fotodermatosis, o sea, enfermedades producidas o agravadas por el sol y la altura", comentó el Dr. Valdez a **Vida**.

Un nuevo académico

Desde hace unos meses, la Academia Nacional de Medicina cuenta con un nuevo miembro de número. Se trata del **Dr. Leonardo Mc Lean**, director del Centro Mamario del Hospital Universitario Austral. Mc Lean fue presentado en un acto solemne por el **Dr. José A. Navia**, de acuerdo con la tradición de que un antiguo miembro introduzca a uno nuevo. Asimismo, el flamante académico ha sido recientemente galardonado en España, donde participó en el V Encuentro de Expertos en Cáncer de Mama, organizado por la Fundación de Estudios Mastológicos y la Sociedad Española de Senología y Patología Mamaria. Mc Lean recibió el II Premio "Doctor Suárez Cueva" por su mérito científico como miembro de la Escuela Argentina.

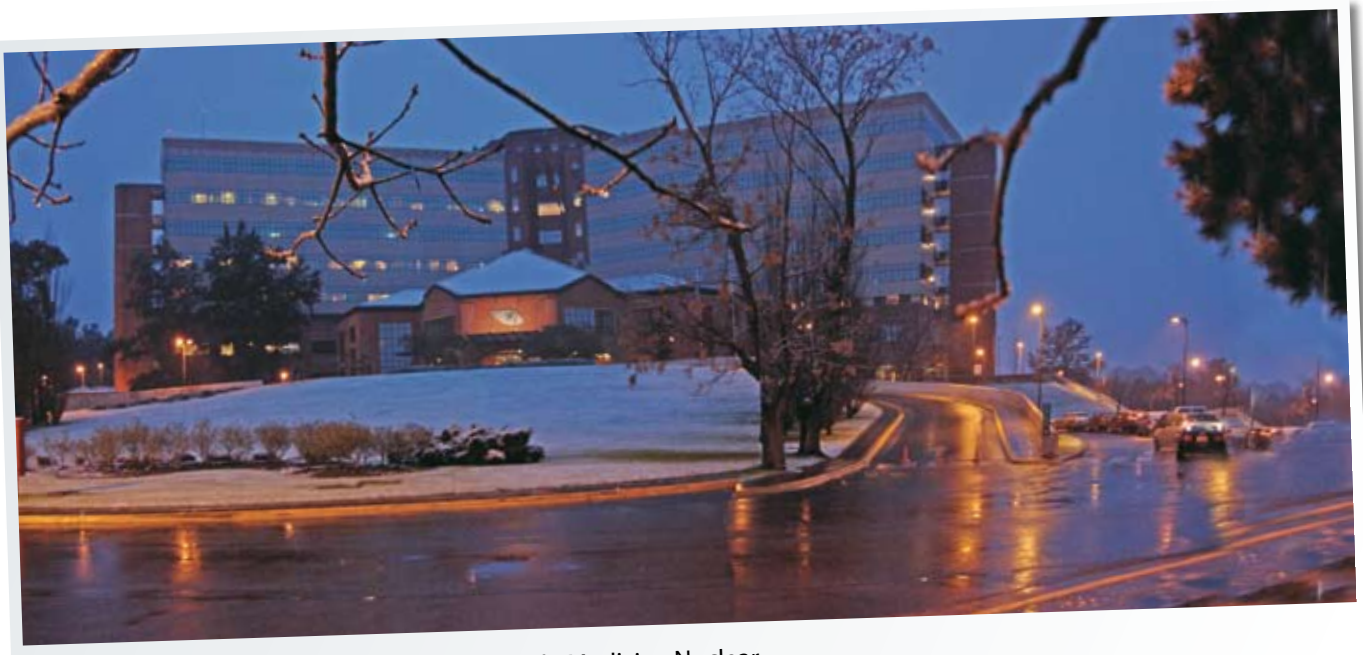
Premio para una paciente del HUA

Alfonsina Soler, una paciente del HUA de 8 años, dibujó una bandera con un mundo protegido por sus dos manos y una cruz roja que representa a los médicos. Nunca pensó que su creación le iba a valer el tercer premio de un concurso de banderas, que se realizó durante el V Congreso Mundial de Cuidados Intensivos Pediátricos.

El congreso fue organizado por la World Federation of Pediatric Intensive and Critical Care Societies, se desarrolló en junio, en Ginebra, y asistieron más de 2.000 pediatras de 94 países. Los médicos del HUA que participaron fueron **Tomás Iolster, Eduardo Schnitzler** y **Silvio Torres**, y los licenciados en Enfermería **Ariel Palacios** y **Carolina Astoul.**

Durante el encuentro, se realizó el concurso de banderas, en el que participaron pacientes pediátricos de Cuidados Críticos. Con mucho orgullo, les contamos que Alfonsina recibió el tercer premio, una suma de 1500 Euros, que fueron destinados al equipamiento de la unidad de cuidados intensivos pe diátricos. ¡Felicitamos a nuestra pequeña paciente!

Asimismo, el **Dr. Eduardo Schnitzler** finalizó en su cargo como miembro del Board ejecutivo de la World Federation, luego de 6 años de integrar el Board de la sociedad.



1º puesto: Dr. Raúl Cabrejas, del Servicio de Medicina Nuclear.

Concurso de Fotografía

"El Hospital más Austral que nunca"

2º puesto: Dr. Raúl Cabrejas, del Servicio de Medicina Nuclear.

3º puesto: Gloria Pineda, del Servicio de Laboratorio.

CARDON
COSAS NUESTRAS

Desde 1988
Cuidando nuestro mayor patrimonio
la identidad

Las Palmas del Pilar Shopping, Las Magnolias 754, loc. 1141
Tel. (02322) 47-1627

www.cardon.com.ar

Más pacientes, más proyectos

Con sólo 3,6 kilos, Araceli marcó un nuevo hito en el Hospital Universitario Austral: el suyo fue el nacimiento número 6.000. Esto es prueba del aumento sostenido de partos que ha vivido el Hospital y, para responder a esta demanda, ha impulsado un nuevo proyecto de ampliación de su estructura.

Actualmente, el HUA tiene una sala de partos para asistir todo tipo de nacimientos y tres cuartos de dilatación (o preparto). Esto se ha vuelto insuficiente para brindar un servicio óptimo, y para paliar este problema, se pretende agregar una sala de partos y una de período dilatante, además de equipamiento médico con tecnología de avanzada.

Y como el número de cirugías de alta y gran complejidad también ha crecido este año –en un 15%–, se está preparando un proyecto de ampliación de la planta quirúrgica. Así, se instalará un quirófano exclusivo para emergencias, otro para cirugías ambulatorias, entre otras novedades.

Nueva promoción de residentes

El viernes 1º de junio se graduó la Segunda Promoción de Médicos Residentes del HUA y la Facultad de Ciencias Biomédicas de la Universidad Austral. A su vez, ingresó la nueva camada de jóvenes médicos. El **Dr. Eduardo Schnitzler**, Director Médico del Hospital, y el **Dr. Rodolfo Martín** les dieron la bienvenida y, en nombre del Comité de Residencias, los animaron a "forjar con curiosidad y disciplina una educación superior".

El **Dr. Eduardo Beccar Varela** también agradeció a la formación recibida: "No quiero dejar de expresar el mayor agradecimiento por habernos elegido en su momento y habernos dedicado cuatro años, transmitiéndonos tantos conocimientos y experiencia". Además, Beccar Varela animó a los nuevos residentes a trabajar con empeño en la nueva etapa. Y les habló sobre la importancia de formar, con actos y palabras, un "sello personal", distintivo y permanente, la "marca" de uno: "Les digo que tengan cuidado y que empiecen con entusiasmo y en forma seria a dejar que se escriban esas palabras. No sé bien cuál es mi sello, pero sí sé que es en gran parte gracias a todos los que me formaron. Sin sus palabras, sus consejos, sus acciones, no hubiera tenido modelos de quién sacarlas".

Malformaciones craneofaciales

La World Craneofacial Foundation difunde su actividad con el objetivo de apoyar programas en países en desarrollo. Su presidente, el Dr. Kenneth Sayler, visitó el Hospital Universitario Austral en junio y disertó sobre malformaciones craneofaciales y la tarea de la organización que encabeza.

La conferencia del Dr. Sayler se desarrolló en el marco del proyecto del HUA de implementar un Centro de Cirugía Craneofacial. Quienes promovieron el evento fueron el Consejero para Asuntos Informativos y Culturales, Roberto Banks, de la embajada de Estados Unidos, el Centro de Cirugía Craneofacial y el HUA.

Saint Mary of the Hills School

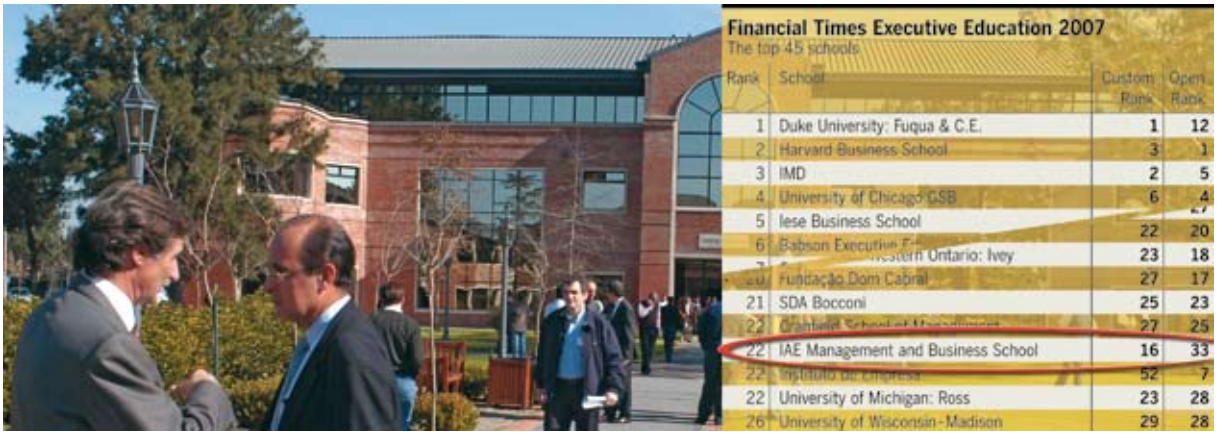
Desde 1979 a compañando a las familias en la educación de sus hijos

www.stmary.edu.ar

Excelencia académica bilingüe
Acompañamiento personalizado
Formación católica

Sede Fundadora
Xul Solar 6650 - San Fernando
Tel/Fax: 4714-0330/1203/2050
E-mail: rrpp@stmary.edu.ar

Sede Fundadora
Ruta 25 y Caamaño - Pilar
Tel/Fax: (02322) 458181/458300
E-mail: sedepilar@stmary.edu.ar



Financial Times Executive Education 2007
The top 45 schools

Rank	School	Custom Rank	Open Rank
1	Duke University: Fuqua & C.E.	1	12
2	Harvard Business School	3	1
3	IMD	2	5
4	University of Chicago GSB	6	4
5	Iese Business School	22	20
6	Babson Executive E[illegible]	23	18
[illegible]	[illegible] Western Ontario: Ivey	27	17
21	Fundação Dom Cabral	25	23
22	SDA Bocconi	27	25
22	[illegible]	16	33
22	IAE Management and Business School	52	7
22	Instituto de Empresa	23	28
22	University of Michigan: Ross	29	28
26	University of Wisconsin-Madison		

Entre las mejores

El IAE ha sido seleccionado nuevamente como una de las mejores escuelas de negocios del mundo. Este año avanzó dos posiciones y ocupa el lugar número 22 del ranking sobre Formación de Ejecutivos, que elabora anualmente el diario inglés *Finantial Times*, y en el cual figuran escuelas como Harvard Business School, Duke University, Standford University y London Business School. Además, el IAE alcanzó el podio en la categoría de Empresas Internacionales (International Clients) que contratan sus programas para formar ejecutivos.

Con respecto a la categoría Partners Schools (Escuelas Socias), referida al número de programas dictados junto con otras escuelas internacionales, el IAE se ubicó en el cuarto puesto. En cuanto a los programas a medida para empresas, logró la posición Nº 16 y, dentro del mismo segmento, el sexto lugar por su apoyo posprograma a los participantes y el trabajo con las empresas en el diseño de los programas.

"Para la institución, es un reconocimiento trascendente porque somos considerados como líderes mundiales dentro de la comunidad internacional de negocios", declaró **Fernando Fragueiro**, Director General del IAE.

Premio para Oftalmología

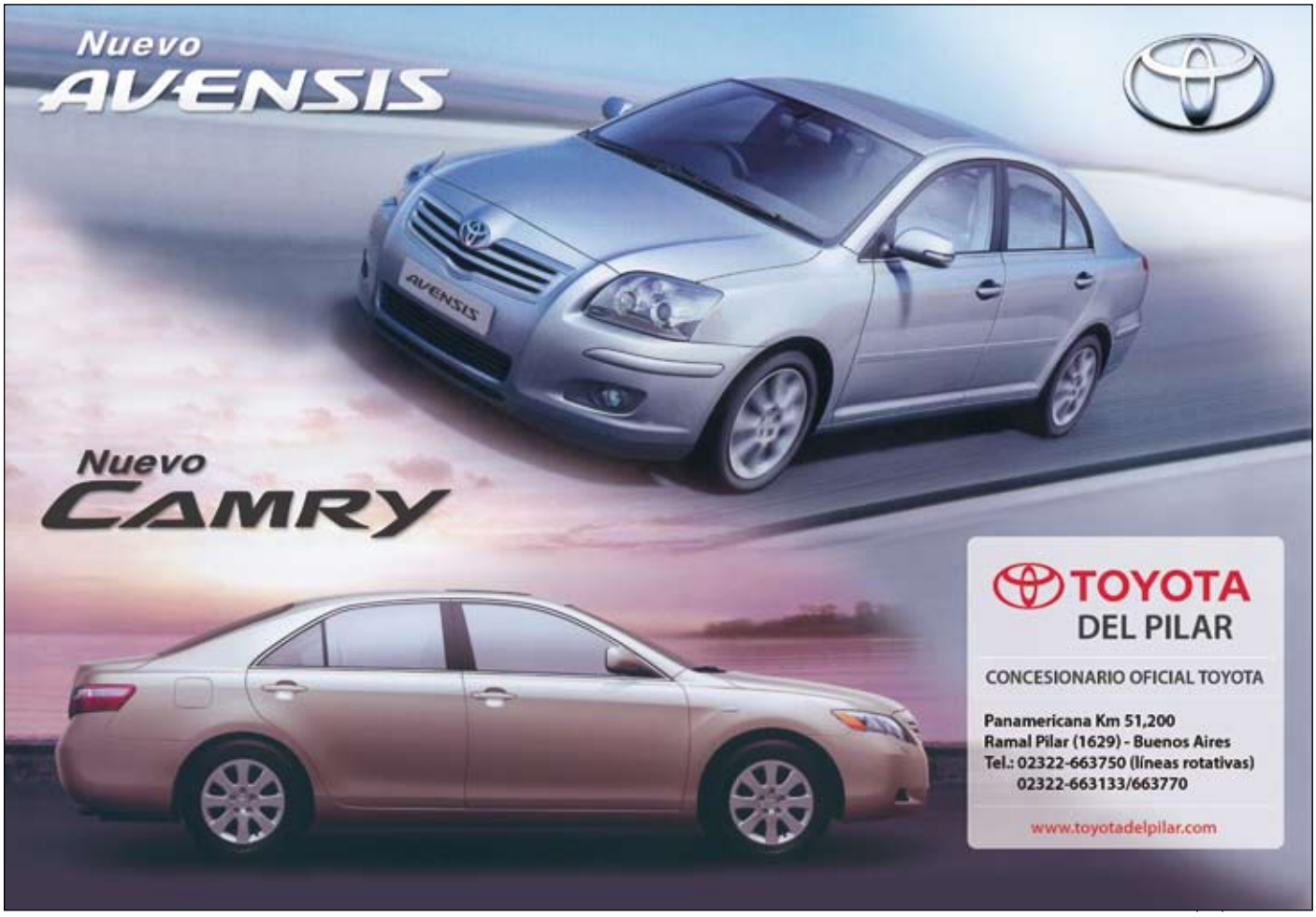
El **Dr. Juan Gallo**, luego de recibir el primer premio de trabajo oral en el Congreso Argentino de Oftalmología. En la foto, de izquierda a derecha: Dr. Harley Bicas, Presidente del Consejo Brasilero de Oftalmología; Dr. Juan E. Gallo, Vicedecano de la FCB; Dr. Alejandro Berra; Dr. Newton Kara, Profesor de Oftalmología de la Universidad de San Pablo; y **Dr. Mario Saravia**, Jefe del Servicio de Oftalmología del HUA.

Buscando la calidad de la TV

En la búsqueda de la calidad televisiva, el Observatorio de la Televisión de la Facultad de Comunicación de la Universidad Austral realiza un escrutinio de los canales de aire, con el fin de implementar cambios e inaugurar un debate plural sobre sus contenidos.

El método del Observatorio consiste en monitorear los programas emitidos en el horario de *Prime Time*, de 20 a 24 horas, y supervisar los temas, los valores, la adecuación a la realidad social de los grupos que se representan allí y el respeto por la diversidad. Los resultados del análisis se concentran en el Índice de Calidad Televisiva (ICT), que se publica bimestralmente. El ICT complementa al rating y mide tres parámetros de calidad: variedad, producción artística y adecuación a la realidad. La última publicación señaló que, de los canales de aire, Canal 13 es el de mayor calidad, seguido por América y Canal 7.

La misión del organismo, dirigido por la **Dra. Gabriela Fabbro**, es difundir el ICT y lograr que los públicos y los órganos de control, como el COMFER, se involucren en el debate por una televisión mejor. El Observatorio, además, complementa los informes con talleres de educación para que docentes y padres enseñen a los niños a ver televisión.



Hacer visible lo invisible

Cientos de personas colaboran diariamente, para poder acercar salud y calidad de vida a los sectores menos beneficiados. ¿Quiénes están detrás de estas iniciativas, qué los mueve a ayudar y por qué creen que es necesario hacer visible lo invisible para poder sumar nuevas voluntades a la cuestión social?

Unos son médicos; otras, amas de casa. Muchos son estudiantes y, otros tantos, gente común con iniciativa y con ganas de ayudar al otro. Algunos se suman a las actividades de ONG y otros tantos colaboran a través de su imagen. "Las personas deciden solidarizarse porque no hay otra manera de vivir. Todos debemos hacer lo que nos corresponde e, incluso, un poquito más. Recién ahí estaremos contribuyendo al bienestar general", comenta el **Dr. Abel Albino**, fundador y Presidente de la Cooperadora para la Nutrición Infantil (Conin) en la Argentina, una fundación sin fines de lucro que desde 1993 ayuda a prevenir y tratar la desnutrición.

En el país, según datos del Instituto de Desarrollo Comunitario, 1 de cada 6 argentinos es pobre. Una de cada 20 padece hambre. Además, 6 de cada 10 muertes de recién nacidos podrían evitarse con un buen control del embarazo, una atención adecuada del

parto y un diagnóstico precoz. Estos datos alarmantes, publicados en las Bases del Plan Federal de Salud, son los que lograron despertar algunas conciencias que hoy, gracias a un trabajo voluntario, buscan revertir estas situaciones que tienen más soluciones de las que aparentan.

Transparentes y confiables

Adhesión circunstancial a la causa o a la empresa de otros. Esto es, en síntesis, la solidaridad. ¿De qué manera y en qué medida logra el argentino solidarizarse con el otro y adherirse a la empresa ajena? Según el Dr. Albino, los latinoamericanos no tenemos una cultura solidaria, "porque somos pueblos más jóvenes, más individualistas y porque creemos que vamos a poder salir adelante solos. La gente es buena y solidaria, y eso lo compruebo todos los días desde mi trabajo, pero no existe una cultura arraigada de solidaridad".

Para Albino, la solidaridad y la transparencia son requisitos básicos para sumar nuevas almas solidarias al trabajo social. "El peor enemigo de la solidaridad es la desconfianza. A más confianza, más solidaridad", destaca el pediatra. La creación de ONG en el país y en el mundo destinadas a tareas que van desde la atención primaria hasta la promoción de educación en salud es el claro reflejo de que la gente decidió confiar en el otro. Según los últimos datos del Foro del Sector Social, en la Argentina funcionan cerca de 300 ONG que sólo trabajan con áreas como el sida, las drogas, la salud materno-infantil, la salud mental y la oncología.

Generar confianza en el otro puede ser una tarea difícil, cuando un grupo de profesionales aterriza unos días, a miles de kilómetros de Buenos Aires, a brindar asistencia y educar en salud a una población en riesgo. Esta es la misión de la Unidad Pediátrica Móvil, un proyecto de solidaridad en salud que la Casa Ronald McDonald y el Hospital Universitario Austral instauraron hace seis años. El camión, coordinado por la **Dra. Caterina Henson** y un equipo de médicos, enfermeros y odontólogos, se traslada a lo largo y ancho del país para brindar asistencia médica primaria y odontológica a niños con difícil acceso al sistema de salud. "En cada lugar que vamos, tratamos de acercarles alguna herramienta diferente, además de lo asistencial, que tiene a veces más valor que la simple atención", resume la Dra. Henson. Con el tiempo, el equipo ha logrado generar confianza con la gente del lugar.

Otro caso relevante es el tren-hospital de la ONG Alma, un móvil que ya atendió a más de 75.000 niños y cuenta con dos consultorios médicos, un quirófano para cirugías menores, un consultorio odontológico, un laboratorio, una sala de rayos y otra de asistencia social. El tren pertenece a la organización fundada por el médico pediatra **Martín Urtasún**, que lleva más de 25 años recorriendo poblaciones necesitadas del norte argentino.

La UPM y el Tren Alma recorren miles de kilómetros para asistir médicamente a poblaciones en riesgo.

Para **Clara Crespo de Luro**, presidenta de la Red Argentina de Bancos de Alimentos, la cuestión más importante de la solidaridad es hacer visible la necesidad ajena. Desde 2001, esta Asociación Civil busca facilitar y contribuir el trabajo de los 14 bancos de alimentos del país a través de mejoras en la gestión y en la logística. "Todo lo que hacemos es a puro pulmón, por eso siempre estamos necesitando nuevos voluntarios que donen sus horas en lo que más les interese", cuenta Luro. Según su experiencia, el argentino es totalmente solidario.

"El peor enemigo de la solidaridad es la desconfianza", sostiene el Dr. Abel Albino.

Dar cuenta, agradecer y ser transparentes son algunas de las maneras que tienen las organizaciones para poder seguir adhiriendo voluntades a sus iniciativas solidarias. Luro destaca que una de las características distintivas de la Red Argentina de Bancos de Alimentos es la transparencia y su sistema de gestión que, a su vez, logra que más empresas se unan a la iniciativa. "Una vez que los productos son entregados en las entidades o en los bancos de alimentos, nosotros le mandamos una carta de agradecimiento al donante con el monto exacto de su donación y a quién fue destinado. El donante tiene la certeza de que su producto llega adonde tiene que llegar. Esto nos hizo dar muchos pasos adelante para conseguir donaciones", comenta la presidenta de la Red.

Ayudar desde el saber

La entrada del Hospital de Niños Pedro de Elizalde está atestada de madres y padres. La clara señal de que lo son es la cantidad de niños que en esta fría mañana de invierno esperan a ser atendidos sobre la Avenida Caseros de la Ciudad de Buenos Aires. Es el mediodía y parece que el virus de la gripe se encargó de llenar los asientos de la sala de espera de la ex Casa Cuna. En la sala de rayos X, la espera también se hace notar. **Graciela Martínez**, Jefa de Voluntarias del Hospital desde hace dos años, comenta: "Hay gente que desde las 7 de la mañana está esperando y hasta la tardecita, seguramente, nadie los atienda. En esta espera, también tratamos de estar", asegura Martínez. Actualmente, unas 187 mujeres colaboran con la labor del centro de salud pública, en todo lo que esté a su alcance: coordinan las donaciones recibidas, acompañan a los pacientes en su espera y están en cada detalle. "Lo nuestro es un espacio de contención", agrega Martínez.

Daniel Livoreiro es enfermero del HUA y, desde agosto de 2005, además de realizar su trabajo en el Hospital, fundó junto a un equipo de colegas y médicos CYDEA, una ONG que promueve la enfermería en barrios carenciados y brinda atención médica. "Todo lo que hacemos está enfocado en que las personas que asistimos logren valorizar su vida y la ajena, a partir de entender ciertas cuestiones de salud", explica Livoreiro. Otra forma de solidarizarse con la salud ajena a través de la propia profesión es la que se le ocurrió a **Marcela Sciaccaluga**, estudiante de 4° año de Medicina de la Universidad Austral. En 2004, y después de haber sufrido una tragedia familiar que la empujó a pensar en ayudar "al otro", creó la Comisión Hogar de Ángeles, con la colaboración de dos personas de la Universidad. "Básicamente organizamos campañas para recaudar alimentos, ropa y medicamentos para la gente de la zona de Derqui", explica. En este momento, y debido al aumento de la sarna entre niños y adultos, la estudiante está coordinando una colecta de medicamentos, en su tiempo libre,

La solidaridad, verde

PAISAJISMO **SOLIDARIO**

El paisajismo y la solidaridad se dan la mano en una nueva iniciativa de la Fundación Prosalud. El "Segundo Simposio de Paisajismo Argentino", que se desarrollará el 1 de noviembre en el Auditorio del Hospital Universitario Austral, tiene como fin la recaudación de fondos para la obtención de becas para la Escuela de Enfermería del HUA. Con la participación de destacados disertantes nacionales en el ámbito del paisajismo, en esta oportunidad, se hará un análisis del término "paisaje", desde varios enfoques. El encuentro se realizará de 8.30 a 14, con la coordinación de las paisajistas Susana Estévez y Valeria Lennon. El cupo es limitado. Para informes e inscripción, comunicarse con el teléfono (02322) 482932 o por correo electrónico a **fundacionprosalud@cas.austral.edu.ar**.

cuando cierra los libros de Cirugía o Toxicología.

Dar la cara

Los medios de comunicación –príncipes o verdugos, según la ocasión– son una herramienta fundamental en este trabajo de difusión de iniciativas sociales. "En tanto ellos no tomen una seria conciencia de la potencia que tienen y el espacio que ocupan, no podrán dar a conocer todo lo que está pasando en la realidad social", opina Clara Luro, y define la problemática en pocas palabras: su deber está en darle visibilidad al necesitado.

Una forma sencilla para que la gente logre vislumbrar lo que está pasando en el país en términos de salud es apelando a gente reconocida de los medios de comunicación y del mundo del espectáculo. Cada uno de estos personajes se suma a las causas con su carisma y con el reconocimiento que tiene la gente por lo que ellos hacen, intentando promover, a través de este medio, nuevos adeptos a las causas. **Valeria Mazza** es, desde hace dos años, la madrina del Piso Pediátrico del HUA. La modelo, que además es la Embajadora Internacional de Special Olympics y madrina de Nuevas Olimpíadas Argentinas, sostiene: "Todos podemos hacer algo por los demás, sólo tenemos que tener ganas y buscar la manera de hacerlo". Así, la madrina convocó a sus amigos, Bárbara Diez, el "Negro" González Oro y David Nalbandian, y muchos más que sumaron su apoyo en la organización de la gala a beneficio del Piso Pediátrico del Hospital Universitario Austral.

La necesidad de ser solidario puede desprenderse, también, de la propia experiencia. El año pasado, la empresaria de moda **Paula Cahen D'anvers** recibió un diagnóstico de cáncer de mama. A raíz de esta vivencia, tanto ella como su hermana Dolores sumaron su fuerte apoyo a la inauguración y al trabajo del Centro Mamario del HUA, no sólo a través de su presencia, sino también generando conciencia en la población acerca de la enfermedad.

Para **Paula Torres**, conductora de "Contacto Solidario", el programa televisivo que emite canal 9 y que busca dar a conocer el compromiso social de personas y de empresas, "los medios deberían generar más espacios para estos temas y tratar de darle una mirada más esperanzadora. Uno tiene en sus manos la posibilidad de que lo vean y de generar un cambio". Torres cuenta que, muchas veces, es vista como una idealista al proponer este tipo de contenidos para un programa de televisión: "Yo no soy idealista. Creo que hay que dar a conocer todas las prácticas que se están llevando a cabo porque eso crea contagio entre la gente". Albino, por su parte, opina que los medios juegan un rol central en la difusión de este tipo de noticias, aunque es crítico cuando dice que, hoy por hoy, "no suman demasiado".

En la Argentina, según datos del Instituto de Desarrollo Comunitario, cada dos horas muere un niño menor de 5 años por desnutrición. Unas 330.000 familias no tienen alimentación suficiente. "La Madre Teresa decía: *Ustedes, que vienen de países lejanos y remotos, ¿en sus países no hay problemas?* ¿Hace falta ir a Calcuta a buscar un pobre si a tres cuadras de mi casa tenemos chicos que duermen en un pozo, tapados por perros?", se pregunta Albino. "La caridad empieza por casa".

"En la Argentina, según datos del Instituto de Desarrollo Comunitario, cada dos horas muere un niño menor de 5 años por desnutrición".

Fuentes: *Instituto de Desarrollo Comunitario, Red Solidaria.*

Muchas formas, un mismo objetivo

Una ayuda internacional

Harambee –All together for Africa– es un proyecto de solidaridad que nació con motivo de la canonización de San Josemaría Escrivá, a partir de donaciones de personas que participaron de la ceremonia. "Nuestro objetivo es proveer la educación en África a través de iniciativas de cooperación con este país y de la búsqueda de sensibilización del resto del mundo", comenta **Linda Corbi**, Coordinadora Internacional de Harambee. La Fundación, a través de distintas actividades y proyectos de desarrollo, busca difundir los valores y las posibilidades de futuro de cada cultura. www.harambee2002.org

Trabajar en red

La Fundación Conin, la Red Solidaria y la Red Argentina de Bancos de Alimentos dieron el pasado 22 de junio los primeros pasos para poner en marcha un plan para erradicar en un plazo de 20 años la desnutrición infantil argentina. La iniciativa se podría concretar si 60 ciudadanos adultos que no están en situación de pobreza asumieran la responsabilidad de asistir a un niño desnutrido y si cada una de las 100.000 ONG argentinas hiciera lo mismo con otros tres chicos. "Hacer alianzas con distintas entidades es una alternativa para generar soluciones", explica **Clara Luro**, presidenta de la Red.

Seguir sumando

El próximo 12 de septiembre y por segundo año consecutivo, se llevará a cabo la 2° Gala a Beneficio del Piso Pediátrico en el Palacio Duhau, organizada por su madrina, **Valeria Mazza**. El propósito es recaudar fondos para la atención de pacientes carenciados, la conclusión de las obras y el equipamiento del nuevo piso de internación pediátrica.

Gracias a la recaudación alcanzada en el evento del año pasado en los primeros meses de actividad del Piso Pediátrico, más de 2.500 chicos recibieron atención de alta complejidad, muchos de ellos sin cobertura médica.

Unidos por la salud

Desnutrición, acceso gratuito a la salud y prevención son algunas de las causas más comunes por las que trabajan distintas instituciones y ONG.

- **Pilar Solidario**

Organización comprometida con el desarrollo de la educación, la capacitación y el deporte en nuestro país.
www.pilarsolidario.blogspot.com

- **Fundación ProSalud**

Fundación para la Promoción de la Salud Humana
www.fundacionprosalud.org.ar

- **LALCEC**

Orientada a mitigar los efectos del cáncer mediante la prevención, educación y diagnóstico oportuno.
www.lalcec.org.ar

- **Fundaleu**

Busca servir a la comunidad en la investigación, información, diagnóstico y tratamiento de las enfermedades oncológicas de la sangre.
www.fundaleu.org

- **Cruz Roja Argentina**

Su principal misión es contribuir a mejorar la vida de las personas en especial aquellas que se encuentren en situación de vulnerabilidad.
www.cruzroja.org.ar

- **Médicos del Mundo Argentina**

Una Asociación Civil que trabaja en la Argentina para lograr el pleno acceso al derecho a la salud de todas las personas.
www.mdm.org.ar

- **Red Solidaria**

Es una organización que buscar establecer un nexo entre los que necesitan y aquellos que puedan cubrir cada una de estas necesidades.
www.redsolidaria.presencia.net

Founded in 1982

COLEGIO DEL PILAR

25th ANNIVERSARY

MIXTO - BILINGÜE - NIVEL INICIAL - EPB - ESB - POLIMODAL

Título Oficial Bilingüe aprobado por la Dirección General
de Cultura y Educación de la Provincia de Buenos Aires

Exámenes Internacionales
Olimpíadas Matemáticas
Deportes
Miembros A.S.D.F.
(Argentine Schools Debating Federation)
Orientación Vocacional
Educación Artística
Viajes de Estudios
Cuidado del Medio Ambiente

University of Cambridge Local Examinations Syndicate
ESSAMP AFFILIATED CENTRE

www.colegiodelpilar.com.ar
Ruta Provincial 34 km 2,5 (1629) Pilar. Buenos Aires Tel/Fax 02322-426017

AFECTA A MÁS DE 40 MILLONES DE PERSONAS EN EL MUNDO

El sida, una epidemia que crece y muta

En la Argentina, más de 90.000 personas conviven con el virus del VIH y no lo saben. El sida ya no es una enfermedad exclusiva de usuarios de drogas intravenosas o de hombres que tienen sexo con hombres. Hoy, los nuevos grupos de riesgo son las mujeres y los adultos mayores heterosexuales. La fidelidad y la monogamia, ejes de la prevención.

Prevención, prevención y prevención. Esta parece ser la única solución para la lucha de una enfermedad que hoy afecta a más de 40 millones de personas en el mundo, más que toda la población de nuestro país. Una enfermedad para la cual hay aún pocos medicamentos, bastante desinformación y muchos prejuicios.

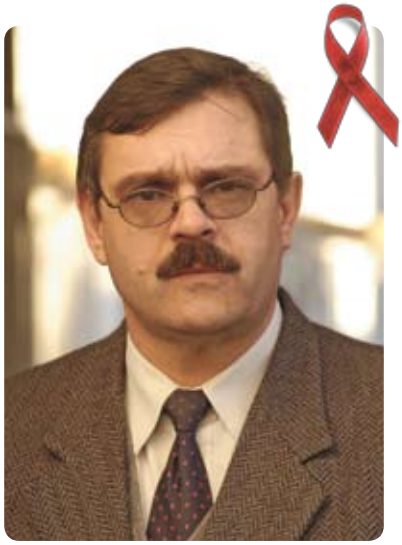
Uno de cada cinco individuos con riesgo de contraer la enfermedad accede a sistemas de prevención, según datos de Onusida (Programa Conjunto de Naciones Unidas contra el VIH-sida). "En la Argentina, a partir del advenimiento del tratamiento antirretroviral, en 1991, la sociedad se despreocupó de la prevención", sostiene el **Dr. Néstor Jacob**, infectólogo del Hospital Universitario Austral, que comenzó su actividad médica en el Hospital Muñiz en 1985, cuando aparecían los primeros casos de la enfermedad. En su consultorio, con cada paciente, los números de las estadísticas cobran cuerpo. "Cuando comencé en el HUA, en el año 2004, sólo había un paciente diagnosticado con VIH; hoy se tratan ya algunas decenas", cuenta el Dr. Jacob. Algunos fueron diagnosticados allí mismo, y otros llegaron derivados de otras instituciones o espontáneamente.

En la actualidad, la lucha contra la enfermedad parece estar en dos campos: el desarrollo de nuevas terapias antivirales –dirigidas a un virus que muta rápidamente–, y la educación y concientización de todos los sectores de la sociedad. "El sida es uno de los mayores y más complejos retos científicos a los que nos enfrentamos actualmente", dijo **David Cooper**, director del Centro Nacional de Epidemiología del VIH de la Universidad de Nueva Gales del Sur, en la IV Conferencia Internacional del SIDA, que se realizó hace muy pocos días en Australia y a la que concurrieron unos 6000 expertos. Entre ellos, se encontraba el **Dr. Pedro Cahn**, uno de los máximos referentes de nuestro país y Presidente de la Federación Internacional de SIDA. Cahn dijo en el recinto: "Lo mejor que hemos hecho hasta ahora en la lucha contra el VIH ha estado en el campo de la ciencia. Por el contrario, lo que no hemos hecho o estamos haciendo mal es llegar a los más necesitados."

Fidelidad y monogamia

Como eje de la prevención y para promover un cambio personal de conducta, algunos especialistas centraron la información sobre sida en el "ABC" para no infectarse (por sus siglas en inglés, *Abstein*, *Be Faithful*, *use Condom*): la conveniencia de la continencia en los jóvenes, de la fidelidad en las relaciones monogámicas de los adultos, o del uso del preservativo si no se vive con lo anterior. Con su habitual sensibilidad por la persona, la Iglesia ha aportado su cuota de humanismo: la "C" está también, y sobre todo, por Carácter, para resaltar una concepción de la persona que entiende la sexualidad como parte del amor comprehendido y no como puro biologismo. El tercer consejo, el uso del preservativo, no es 100% infalible para prevenir enfermedades de transmisión genital, como generalmente se piensa. "Aunque el uso del preservativo es un elemento útil en la prevención de la transmisión del VIH, el riesgo se reduce en un 85%, aproximadamente, y varía la eficacia en la prevención de otras enfermedades que se transmiten a través de las relaciones sexuales. Es importante tener en cuenta estas limitaciones al momento de informar a la población sobre los riesgos de infección", dice el Dr. Jacob.

Por eso, sostiene el especialista, también debe insistirse en los otros dos principios, la abstinencia y la fidelidad, y sobre todo, en la educación, apuntando a una sexualidad responsable basada en el amor. Es que si sólo se mantienen relaciones con una pareja que no está infectada por el virus, no es posible que se produzca su transmisión por esta vía. Este concepto es sostenido por las más prestigiosas organizaciones médicas del mundo: una de las más reconocidas revistas de Medicina del mundo, *The Lancet*, lo sostuvo en un artículo publicado a fines de 2004 y firmado por 150 expertos de 36 países, en el que decía que "volver a la abstinencia o ser fieles con una pareja que no esté infectada son las formas más efectivas para evitar la infección". La misma Organización Mundial de la Salud declaró en 1992: "El preservativo reduce, pero no elimina el riesgo de contagio de VIH. Solamente la fidelidad entre una pareja estable elimina el riesgo de contagio". Un país que ha aplicado este principio con resultados exitosos es Uganda, que desde 1986 promueve que sus habitantes opten por la castidad como forma de vida para prevenir el VIH. En ese país, la preponderancia del sida se ha reducido: del 15% a principios de los '90, ha pasado a menos del 10% hoy en día.



"Quienes se han convertido en un blanco de alto riesgo para el sida son los pertenecientes a una población descuidada, aquellos que creen que nunca les puede pasar", sostiene el Dr. Néstor Jacob.

No estaría de más un comentario sobre la posición de la Iglesia, frecuentemente acusada con gran frivolidad de favorecer el contagio al condenar –dicen– el uso del preservativo. En realidad, señala la inmoralidad de toda actividad sexual fuera del matrimonio, y si no promueve el uso del preservativo es porque, si lo hiciera, aceptaría la promiscuidad como irremediable, empobreciendo su visión del amor y de las capacidades morales de la persona.

"A mí no me va a pasar"

Cuando surgieron los primeros casos de sida en el mundo, allá por 1981, la población con mayor riesgo de contraer la enfermedad eran los grupos homosexuales y los consumidores de drogas por vía inyectable. "Actualmente, el consumo de sustancias intravenosas ha disminuido, mientras que las conductas de prevención han tenido un fuerte impacto entre la comunidad homosexual", cuenta el Dr. Jacob. Según datos del Ministerio de Salud argentino, en Buenos Aires, entre 2003 y 2005, los consumidores de drogas intravenosas sólo representaron el 5% de las nuevas infecciones, y sólo el 10% correspondió a hombres que tienen sexo con hombres. Así, "quienes se han convertido en un blanco de alto riesgo son los pertenecientes a una población descuidada, aquellos que creen que nunca les puede pasar", sostiene el Dr. Jacob.

Entre estos nuevos grupos de riesgo, los especialistas citan a los adultos mayores de más de 50 años. En un principio, la franja etaria más afectada por el virus era la que abarcaba desde los 15 a los 49 años. "Los adultos mayores antes no constituían un grupo de riesgo. Hoy, en este segmento, hay cierta liberación sexual, a partir del aumento de los divorcios, y de medicamentos que potencian la actividad sexual", comenta el Dr. Jacob. El **Lic. Kurt Frieder**,

Director Ejecutivo de la Fundación Huésped, hace hincapié en que los médicos no están concientizados acerca de este nuevo grupo de riesgo. "Cuando se acerca un paciente de 60 años al consultorio, el médico supone que la persona ya no tiene sexo y difícilmente le mande a hacer un estudio de VIH. Por eso no hay detección precoz". Las estadísticas están empezando a reflejar este fenómeno, pero los últimos datos son del año 2005.

Otro sector vulnerable son las mujeres. En 1988, las estadísticas mostraban que 1 mujer por cada 15 hombres se infectaba con el virus del sida; hoy, la proporción es 1 mujer contra 2.3 hombres. "Está creciendo la epidemia entre las mujeres", cuenta el Lic. Frieder. "Esto se da por dos motivos: biológicamente, porque la mujer es contenedora del virus, y socialmente, porque es más vulnerable debido a la violencia física, económica, familiar". El virus también puede transmitirse de madre a hijo durante el embarazo, el parto y la lactancia. "Aunque el número de infectados a través de esta vía haya disminuido, sigue siendo imperdonable", sentencia Frieder. Si no recibe una adecuada atención médica, una madre con VIH positiva tiene una chance sobre tres de dar a luz un niño infectado.

No al miedo

¿Cómo saber si uno está infectado con VIH? Es muy simple: haciéndose un examen de sangre que detecta la presencia de anticuerpos al virus, un test llamado ELISA. Este examen es confidencial y gratuito en todos los hospitales del país, y su resultado positivo no significa que el paciente tenga sida. Esto hay que tenerlo claro: estar infectado no es lo mismo que tener sida. Sin embargo, a partir de que se contrae el virus, puede contagiarse a otras personas. Si el resultado es positivo, es importante que se acuda pronto a un profesional para recibir ayuda médica: hoy existen tratamientos con distintas drogas que permiten retardar o evitar el desarrollo de la enfermedad y mejorar la calidad de vida. "A toda persona que se acerca al sistema de salud, sea cual sea el motivo, se le debiera ofrecer este examen, que es confidencial, y suministrarle toda la información precisa sobre el tema", piensa el Lic. Frieder. En la Argentina, entre 130.000 y 150.000 personas viven con el virus del VIH. Y sólo un tercio lo sabe.

Una vez que fueron diagnosticados, muchos pacientes dilatan el tratamiento: aquellos con menos recursos no acuden a las consultas porque piensan que las medicinas estarán fuera de sus posibilidades; y los de clases más acomodadas niegan la enfermedad por el pudor social, por el "qué dirán", por el miedo a ser señalados como culpables. "Uno de los problemas más serios que vemos en los pacientes es el miedo a la censura social de la comunidad", opina el Dr. Jacob.

Un país sin ejército

El VIH infecta y destruye ciertas células de la sangre llamadas CD4 o linfocitos T, que son fundamentales para el funcionamiento normal del sistema inmunológico, aquel que defiende el cuerpo contra las enfermedades.

Algunas preguntas frecuentes sobre VIH

¿Cómo se transmite el VIH?

Básicamente, a través del sexo. Los fluidos corporales como la sangre, el semen, las secreciones vaginales y la leche materna transmiten el VIH. También el virus puede ser transmitido a través de agujas infectadas, si un usuario de drogas que esté infectado la comparte. Una mujer con VIH puede transmitir la infección a su bebé durante el embarazo, el parto o la lactancia. También se transmite a través de suministros de sangre no controlados y, excepcionalmente, por órganos y tejidos de donantes infectados.

¿Cómo no se transmite?

No es fácil la transmisión de una persona a la otra. Como el virus no sobrevive fuera del cuerpo, necesita al organismo humano para vivir, pues se aloja y multiplica en las células del sistema inmunológico. Esto significa que no puede ser transmitido a través de contacto casual o cotidiano, como por ejemplo dando la mano o abrazando. Los mosquitos y otros insectos no transmiten el VIH.

¿Cuánto tarda el VIH en convertirse en SIDA?

La cantidad de tiempo varía de persona a persona y depende, en gran medida, del acceso al tratamiento. Las personas infectadas que no inician el tratamiento antirretroviral pueden permanecer durante 5, 10 o más años hasta que se manifieste la enfermedad. ONUSIDA estima que en los países en los que hay poco o ningún acceso a tratamiento, el período que media entre la infección y la enfermedad, en la mayoría de los casos, es de 8 a 10 años.

¿Hay cura para el VIH/SIDA?

No puede hablarse de tratamientos curativos, pero las drogas con las que se cuenta en la actualidad permiten frenar la replicación del virus, controlar la infección y, por lo tanto, evitar el daño en el sistema inmunológico. Con esto se logra revertir el estado de enfermedad e impedir la progresión en personas infectadas que aún no hayan tenido signos del sida. Sin embargo, debe saberse que el virus persiste en algunas células del organismo, por lo que sigue existiendo riesgo de contagio y se produce la inmediata reactivación cuando se suspende o abandona el tratamiento. Existen varias líneas de investigación dirigidas a desarrollar una vacuna efectiva para la prevención de la infección, pero aún no se han logrado resultados que permitan su aplicación.

Fuente: Fundación Huésped.

Cuando el sistema inmunológico se ve comprometido por el VIH, la persona desarrolla otras enfermedades, como distintos tipos de tumores o infecciones virales, bacterianas, parasitarias y micóticas (hongos). El grado de inmunodeficiencia y las distintas complicaciones mencionadas definen al enfermo con sida y son éstas las que pueden provocarle la muerte. "El paciente con VIH es un país sin ejército", compara el Dr. Jacob. "Cualquier invasor hace un desastre en el organismo, sin encontrar ninguna resistencia."

Sin embargo, gracias a los avances constantes en el desarrollo de nuevas drogas antirretrovirales, los especialistas consultados aseguran que una persona infectada con VIH puede tener una óptima calidad de vida, pero para ello es condición indispensable una férrea voluntad en el cumplimiento del tratamiento y en los controles periódicos. "Las causas más frecuentes de falla son la mala adherencia de los pacientes por razones socioculturales o la intolerancia a las drogas. En este sentido, es fundamental el tiempo que los médicos les dediquemos a nuestros pacientes para aclarar dudas y despejar los temores que genera esta situación que, actualmente, debe considerarse una infección crónica controlable. Hay pacientes que hace 10 ó 12 años están haciendo el mismo tratamiento y están con la carga viral no detectable y su sistema inmunológico en valores normales", explica el Dr. Jacob.

En ésta, como en la mayoría de las enfermedades transmisibles, es importante contar con tratamientos efectivos que alivien el "dolor" de la persona enferma, pero la sociedad entera debe ser consciente de la magnitud del problema y realizar todos los esfuerzos tendientes a disminuir el número de infectados. Sólo es posible hacerlo si conocemos de qué se trata y cómo podemos evitar el contagio.

adn Medical's
SERVICIOS DE SALUD E INTERNACIÓN DOMICILIARIA

Para una mejor calidad de vida

La internación domiciliaria es el sistema de atención personalizada, para pacientes de cualquier edad, en su propio hogar. Ya que resulta el espacio físico, psíquico y espiritual mas adecuado en aquellos tratamientos que requieren de internaciones prolongadas.

ADN MEDICAL'S se ocupa de todas y cada una de sus necesidades con rigor científico, afecto y dedicación respetando la dignidad humana del paciente y su familia.

- Equipo de profesionales con alta capacitación.
- Equipamiento de última generación y elementos de confort.
- Red inteligente de comunicación con pacientes y familiares.

SE ATIENDEN PACIENTES DE PREPAGAS, OBRAS SOCIALES, ART, COMPAÑIAS DE SEGUROS Y PARTICULARES.

Unidad de Gestión Central: Avda. Tratado del Pilar 271 - Pilar - Tel. 02322-435651
Unidad de Gestión Mercedes: Calle 12 N° 876 - Mercedes - Tel. 02324-430369
Unidad de Gestión Zárate: Félix Pagola 1483 - Zárate - Tel. 03487-441388

0810-222-3013 WWW.ADNMEDICALS.COM.AR

¿LAS CREENCIAS POPULARES SON SIEMPRE CIERTAS?

Mitos y Verdades de la Medicina

Nuestra abuela solía decir: "Los orzuelos se curan frotando un anillo de oro sobre la zona afectada", "El chocolate produce acné", "Ante la acidez, nada mejor que un vaso de leche"... La sabiduría popular siempre tiene una respuesta a mano que puede –o no– tener una base científica. En esta nota, un grupo de profesionales del HUA nos cuenta cómo diferenciar los mitos médicos de aquellos verdaderos.

Antojos

"Cuando no se satisface el antojo de una embarazada, el niño puede tener una mancha de nacimiento."

F V Falso. Las manchas de nacimiento en los recién nacidos no tienen ninguna relación con los "antojos" de las embarazadas. Si bien estas manchas son muy comunes y en la mayoría de los casos desaparecen con el tiempo, hay otras que deben controlarse. Siempre deben ser evaluadas por el neonatólogo, pediatra o dermatólogo infantil.

Dr. Ernesto Beruti
Jefe del Servicio de Obstetricia

Piojos

"Para atacarlos, nada mejor que poner vinagre o querosén en la cabeza."

F V Verdadero. Los remedios caseros para combatir la pediculosis –como el aceite de cocina, la manteca derretida, la mayonesa o la vaselina– no han sido probados científicamente. El único de ellos que fue evaluado como pediculicida fue el ácido acético al 5% –más conocido como vinagre–, que en altas concentraciones inhibe los movimientos del piojo, luego de 10 minutos de exposición. Sin embargo, produce mucha irritación en la zona.

Por otro lado, el querosén no debe ser utilizado por su toxicidad y su alto poder combustible.

Dr. Alejandro Olivera
Servicio de Dermatología

Acné

"Los alimentos grasos y el chocolate pueden producir acné."

F V Falso. No se ha logrado encontrar una relación directa entre la ingesta de chocolate, azúcar o comidas grasosas, con la aparición de acné. De hecho, existen pocos estudios clínicos que evalúen la efectividad que tiene restringir determinado grupo de alimentos o bebidas en la dieta para mejorar el acné.

Dr. Mario A. Abbruzzese
Servicio de Dermatología

Quemadura

"Ante una quemadura, hay que untarse dentífrico o manteca sobre la zona en cuestión o frotársela en el pelo."

F V Falso. Ante todo, no hay que colocar sobre la herida ninguna sustancia casera, pues podría contaminar la herida, ser corrosiva o cambiar la apariencia de la zona y así entorpecer el diagnóstico del médico. Lo primero que hay que hacer, entonces, es lavarla con jabón blanco y agua por arrastre, y consultar rápidamente al especialista.

Dr. Adrián Priolo
Coordinador de Emergencias

Orzuelos

"Los orzuelos se curan colocando un anillo de oro, previamente frotado, sobre la zona afectada."

F V Falso. El orzuelo es la infección de una de las glándulas del párpado, que produce hinchazón, enrojecimiento y dolor. Allí se forma una lesión quística con contenido grasoso y pus. Aunque el tratamiento específico es un ungüento con antibióticos y corticoides, aquel contenido puede drenar espontáneamente, o también hacerlo con ayuda de calor local sobre la zona afectada. El anillo sirve sólo como ayuda al tratamiento, no por ser justamente de oro, sino porque, al ser frotado, se calienta y ejerce el mismo efecto que una compresa tibia, como un pañuelo recién planchado.

Dra. Anahí Lupinacci
Servicio de Oftamología

Alcohol

"El exceso de alcohol destruye células del cerebro, que no pueden regenerarse."

F V Verdadero. El exceso de alcohol es capaz de causar daño, muchas veces irreversible, en distintos niveles en el Sistema Nervioso. En el cerebro, puede provocar atrofia cerebral, con sus correspondientes síntomas de pérdida de memoria, incoordinación y trastornos de la marcha. A nivel del cerebelo, puede ser responsable de degeneración de la corteza de este órgano. En ese caso, habrá pérdida del equilibrio, torpeza motora y falta de destreza manual, entre otros problemas. El alcoholismo puede llevar a la desnutrición y a carencias vitamínicas, que son motivo de cuadros neurológicos serios y dejan secuelas graves. Los nervios periféricos también sufren por exceso de alcohol, y pueden aparecer polineuropatía alcohólica, con debilidad, atrofia muscular y pérdida de sensibilidad. Tampoco debemos olvidar los problemas secundarios a ingestas copiosas agudas de alcohol, como traumatismos de cráneo y convulsiones.

Dr. José A. Bueri
Jefe del Servicio de Neurología

Sueño

"Es mejor que los niños duerman de costado, porque boca arriba pueden ahogarse."

F V Falso. La recomendación actual es que todos los bebés duerman boca arriba. Aunque hasta hace poco esta recomendación era diferente, estudios realizados en los últimos 10 años concluyeron que la posición boca arriba al dormir (posición supina) disminuye de manera importante el riesgo de fallecer por el Síndrome de Muerte Súbita del Lactante (SMSL). Sin embargo, en algunos bebés con determinadas patologías, como malformaciones craneofaciales, obstrucción de la vía área superior y reflujo gastroesofágico patológico, existen contraindicaciones para que duerman boca arriba.

Dra. Mariela Inés Borgogno
Servicio de Pediatría

Presión

"Ante una bajada de presión, la persona tiene que comer algo salado y bajar la cabeza."

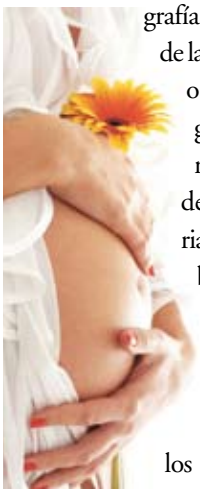
F V Falso. Si una persona tiene un episodio de "bajada de la presión", acompañada de síntomas como mareos o sensación de desmayo inminente, lo mejor es que se recueste, antes de que pierda el conocimiento y sufra algún traumatismo por la caída. Conviene levantarle los pies –por encima del plano del corazón– y la cabeza para favorecer el retorno de sangre al corazón y recuperar la presión. Comer algo salado no sirve para aumentar en forma rápida la presión; sin embargo, si la persona tiene presión baja en forma habitual, seguramente que comer con más sal le vendrá bien.

Dr. Daniel Grassi
Jefe del Departamento de Medicina Interna

Forma de la panza

"La forma de la panza de la embarazada indica el sexo del bebé."

F V Falso. La única forma de saber el sexo del bebé es a través de una eco-



grafía realizada a partir de las 16 a 20 semanas, o a través de estudios genéticos cuando se realiza una punción de vellosidades coriales. La mujer embarazada es muy sensible a todo cuanto oiga o lea en relación con su estado; todos los que la rodean, ya sean familiares, amigos o compañeros de trabajo, pueden ocasionarle –sin darse cuenta– una preocupación innecesaria diciéndole "cosas" sin ningún fundamento científico.

Dr. Ernesto Beruti
Jefe del Servicio de Obstetricia

Acidez

"Para la acidez nada mejor que un buen vaso de leche."

F V Falso. Durante mucho tiempo, e incluso como indicación médica, la leche ha sido utilizada como tratamiento eficaz para aliviar episodios de acidez gástrica. Efectivamente, la leche es capaz de calmar de manera inmediata el síntoma conocido como acidez y ocasionado por efecto de la secreción gástrica. Sin embargo, este alivio es transitorio, ya que la leche posee entre sus componentes calcio y proteínas que actúan como un importante estimulador de la secreción ácida y generan una cantidad de ácido superior a la previamente neutralizada y, por consiguiente, la reaparición de la acidez.

Dra. Soledad Campos
Servicio de Gastroenterología

Acné 2

"El bronceado elimina el acné."

F V Falso. No existe evidencia convincente de que la exposición a la luz solar tenga un efecto positivo en el acné. Los hallazgos recientes de que ciertos espectros de luz artificial serían eficaces podrían no directamente generalizarse a la luz natural. El sol, en pequeñas dosis, podría tener un efecto desinflamatorio, y el bronceado, disimular las lesiones cutáneas, pero una exposición continuada termina secando la piel y puede contribuir a la obstrucción de los poros y a una menor tolerancia a los tratamientos tópicos. Asimismo, debe tenerse en cuenta la fotosensibilidad que pueden generar algunos de los tratamientos más empleados en el acné, como tetraciclinas y retinoides.

Dr. Mario A. Abbruzzese
Servicio de Dermatología

Mar o pileta

"Después de comer, hay que esperar por lo menos una hora antes de meterse en la pileta o en el mar."

F V Verdadero. Luego de comer, hay un incremento de la irrigación sanguínea al aparato digestivo. Si nos metemos a nadar, también habrá un incremento de la irrigación sanguínea a los músculos. Esto hace que el corazón tenga que trabajar más para poder aumentar la irrigación a esas dos áreas del organismo. Si la persona tiene una enfermedad coronaria (que puede co-

¿Mitos de los propios médicos?

Por el Dr. Vicente Gutiérrez
Profesor de Cirugía de la UBA

Desde la antigüedad, los mitos de dioses y mortales se fueron transmitiendo de generación en generación. Los relatores les fueron agregando sus propias fantasías, y así muchas narraciones quedaron como verdades absolutas. Con el tiempo, fueron surgiendo mitos en el ámbito científico, como cuando William Harvey sostenía que la circulación de la sangre estaba influida por los movimientos planetarios y Darwin relacionaba los ciclos menstruales con las mareas de los océanos.

Con la evolución de la Medicina, la realidad fue cambiando, pero aún siguen perdurando costumbres, incluso entre los propios médicos. Se trata de profesionales que no se actualizan o son poco permeables a las novedades científicas, que ejercen su labor basándose en diferentes "mitos". Por eso, algunas publicaciones que a principios de siglo parecían irrebatibles hoy se consideran folklóricas o simples opiniones personales.

Quienes han ejercido la Medicina durante años debieron ir desterrando mitos. Sin embargo, muchos, aún sabiendo que algunas técnicas son obsoletas, las siguen usando porque así les "va bien". Por ejemplo, antes de una operación, siguen haciéndose numerosos estudios de rutina, innecesarios, sin pensar en las molestias para el paciente, o se lo interna varios días antes, con riesgo de contraer infecciones, cuando se precisan sólo dos horas para prepararlo. En estas consideraciones casi dogmáticas, el paciente es el que más pierde.

nocer o no), no podrá incrementar la circulación sanguínea y puede suceder que tenga una isquemia miocárdica y, eventualmente, un infarto dentro del agua. Esto es lo que sucede cuando la jerga popular dice: "El señor se fue al mar luego de comer, le agarró un calambre y se ahogó".

Daniel Grassi
Jefe del Departamento de Medicina Interna

Picaduras

"Ante una picadura de abeja, hay que cubrir la zona con barro o con vinagre."

F V Falso. Como primera medida, debe lavarse la zona con agua y jabón, y luego colocar algún paño frío. Conviene evitar el rascado, pues puede llegar a infectar la herida con otra sustancia más dañina. Luego, concurrir al especialista, pero no con urgencia, salvo que el paciente sea alérgico a dicha sustancia. El médico brindará un tratamiento local y un antiinflamatorio, hasta ver cómo evoluciona.

Dr. Adrián Priolo
Coordinador de Emergencias

Chupete

"El uso del chupete puede deformar el paladar de los niños."

F V Falso. La utilización del chupete es una costumbre instalada desde hace mucho tiempo. Sin embargo, su uso es controvertido: es beneficioso en algunos aspectos, pero perjudicial en otros. Durante las tres primeras semanas de vida, cuando el niño empieza a alimentarse, se desaconseja el uso del chupete para evitar la "confusión del pezón" que puede interferir con la lactancia materna. Después de los 15 ó 20 días de vida, cuando se considere que la lactancia está bien instalada, podemos ofrecerle el chupete al bebé sin forzarlo. La succión le produce sensaciones placenteras y alivio ante dolores, tiene un efecto pacificador y es un factor de prevención del Síndrome de Muerte Súbita del Lactante.

Después de los 2 años, el uso del chupete debería desaconsejarse, porque podría tener un efecto perjudicial en la oclusión dentaria.

El chupete deberá ser anatómico, de una sola pieza y no hay que untarlo con bebidas azucaradas.

Dra. Mariela Inés Borgogno
Servicio de Pediatría

Elegir tranquilidad y salud para tu familia, es elegir Servesalud.
Servesalud, un bien de familia.

SERVESALUD
Un bien de familia

OBRA SOCIAL DE DIRECCIÓN

Sede Central: Tucumán 650 - C1049AAN Ciudad Autónoma de Buenos Aires - República Argentina
Líneas rotativas: (011) 4322-5224 - 0800-666-5020 - sedece@servesalud.com.ar - www.servesalud.com.ar
Sucursal San Isidro: Belgrano 333 - Galería Queen's Village - Local 21 - Telefax (011) 4742-3032
Sucursal Zárate: 3 de Febrero 59 - Tel: (03487) 43-2632

LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL AFECTA A 3 DE CADA 10 ADULTOS EN LA ARGENTINA

Cuando sube la presión

Es conocida como el "mal silencioso", porque la persona que la padece no presenta síntomas notorios. Para identificar los mecanismos que permiten su aparición y tratar la enfermedad vascular de una manera integral, nació el Centro de Hipertensión Arterial del HUA.

Se la conoce como el "asesino silencioso" o "enfermedad traicionera" y hasta tiene una fecha propia: el 17 de mayo, Día Mundial de la Hipertensión. En nuestro país, es la enfermedad crónica más frecuente, y desde los 40 años hasta los 99, la sufre más del 30% de la población. Sin embargo, si se la controla a tiempo, pueden evitarse sus consecuencias graves.

Es que la hipertensión arterial –junto con el colesterol elevado y el tabaquismo– es el principal factor de riesgo para el desarrollo de un infarto de miocardio y de un accidente cerebrovascular. Pero el riesgo se eleva si el afectado tiene algún tipo de daño en los llamados "órganos blanco", como las arterias, el corazón, el cerebro y los riñones.

Se llama hipertensión arterial a la elevación sostenida de los niveles de la presión sanguínea por encima de valores considerados normales: 140 (máxima o llamada sistólica) y 90 (mínima o diastólica), en los adultos. Aunque se detecta a través de un signo –la presión alta–, se trata de una enfermedad que afecta a todo el organismo, a través de mecanismos inflamatorios, inmunológicos y hormonales. Por eso, la **Dra. Carol Kotliar**, Directora del Centro de Hipertensión Arterial del HUA, enfatiza: "Es fundamental, además de normalizar el valor de la presión arterial, identificar las alteraciones que causa la enfermedad para poder corregirlas. Esto es lo que hacemos en el nuevo Centro de Hipertensión Arterial del servicio de Cardiología del HUA".

En una mañana se pueden identificar las causas, los daños y el pronóstico de su hipertensión en el Hospital de día del Centro de Hipertensión Arterial.

La Dra. Kotliar mide la presión de una paciente en el nuevo Centro de Hipertensión Arterial.

"De las 100.000 muertes cardiovasculares que hay en la Argentina, 40.000 están causadas por un antecedente de hipertensión o están relacionadas con ella".

Corpore sano, *cuore* sano

La hipertensión puede ser esencial o *primaria*, cuando no es causada por otra enfermedad, o *secundaria*, cuando se desarrolla debido a una mal subyacente o a un factor externo. El 80% de los afectados padece el primer tipo y, aunque se desconoce su origen, se atribuye la hipertensión a trastornos genéticos que podrían identificarse a través de estudios sanguíneos. Sin embargo, como aún no se conoce una terapia genética que pueda modificar las alteraciones de esos genes, no se realiza su determinación en forma rutinaria. "Las personas con hipertensión esencial pueden tener diferentes mecanismos a través de los cuales se eleva la presión. Es importante identificarlos para realizar un tratamiento individualizado, ya que no es lo mismo cualquier antihipertensivo para cualquier paciente", dice Kotliar.

En el 20% de los afectados, la hipertensión es secundaria a otro trastorno. Algunas de las enfermedades que la generan son las de origen tiroideo, como el hipotiroidismo o el hipertiroidismo; la apnea del sueño; las enfermedades en las glándulas suprarrenales; los síndromes depresivos y las alteraciones renales. En estas situaciones, es importante diagnosticar cuál es la verdadera causa de la hipertensión, pues puede requerir un tratamiento específico diferente al antihipertensivo.

El **Dr. Pedro Forcada**, cardiólogo del Centro de Hipertensión Arterial del HUA, explica que aunque no se conozcan en todos los casos las causas reales de la hipertensión, sí se han determinado algunos factores de riesgo que propician la enfermedad vascular, tales como la obesidad, el sedentarismo, el tabaco, el colesterol alto, el estrés y la predisposición genética. Por eso, el consejo de los especialistas es llevar una vida saludable y cuando esto no es suficiente se suma un tratamiento farmacológico.

Un mal no controlado

De las 100.000 muertes cardiovasculares que hay en la Argentina, 40.000 están causadas por un antecedente de hipertensión o están relacionadas con ella. Lo grave también es que los afectados están frecuentemente "subtratados". Según un estudio publicado en 2006 por el Consejo

! Cómo cuidarse: la automedición

Una forma de controlar la presión fuera del consultorio médico es la automedición. En estos casos, el farmacéutico, un paramédico, el mismo paciente u otra persona, es quien realiza la medición, cuyo valor normal debe ser menor a 135/85. La Dra. Kotliar enfatiza la necesidad de seguir estas recomendaciones para una medición adecuada:

- No tomar café ni fumar 30 minutos antes.
- No conversar entre las mediciones. Tampoco quien la mide debe estar hablando, ya que la escucha también puede elevar los valores de la presión.
- La posición, si es sentada, debe ser con la espalda totalmente apoyada en un respaldo, el brazo descubierto, los pies apoyados –sin cruzar las piernas– y la palma de la mano hacia abajo.
- Los equipos deben estar calibrados, y no se recomienda redondear los valores obtenidos.
- Es importante repetir al menos 3 veces la medición con un intervalo de un minuto entre cada una.

Argentino de Hipertensión Arterial, de la Sociedad Argentina de Cardiología, "el 50% de los hipertensos desconoce su condición". Además, el estudio REHASE (Relevamiento de Hipertensión Arterial Severa en Servicios de Emergencia) observó que el 80% de las personas que consultan a un servicio de emergencias por presión arterial muy alta están insuficientemente tratadas y dicen tener la presión elevada como algo habitual. Para Kotliar, esta situación es alarmante. "La presión arterial no está adecuadamente controlada en la Argentina", dice.

Para tratar la enfermedad de manera integral y con una perspectiva innovadora y holística nació, en marzo de este año, el Centro de Hipertensión Arterial del HUA. El objetivo del centro es tratar la enfermedad vascular y sus mecanismos, más allá del valor aislado de presión que tenga el paciente. Para lograrlo, se incorporaron dos herramientas de vanguardia: el Laboratorio Vascular no Invasivo y el Hospital de Día. Este último permite, en una sola mañana, conocer los mecanismos principales que se asocian a la presión elevada e identificar qué órganos vitales están siendo afectados por la enfermedad. También se determina, mediante estudios sanguíneos, los niveles de grasa y otros factores asociados al riesgo de ateroesclerosis, de infarto de miocardio y al accidente cerebrovascular. Los pacientes realizan cuatro módulos de estudio: el cardiovascular, el renal, el módulo de laboratorio vascular y el módulo de estudios sanguíneos y de orina. A los 14 días, pueden retirarse los resultados completos en los que los especialistas describen el diagnóstico de su hipertensión arterial y sus mecanismos principales, su pronóstico para los próximos 10 años y recomendaciones útiles para su tratamiento.

En los dos últimos meses, se realizaron, por mes, más de 50 estudios de Hospital de Día, que antes funcionaba sólo 3 días a la semana. Desde agosto, han comenzado a efectuarse los estudios de lunes a viernes para poder evaluar a un promedio de 70 personas por mes.

Un estudio preventivo

Por otro lado, el Laboratorio Vascular no Invasivo consiste en la evaluación simultánea de las características estructurales y funcionales de las arterias. Los datos obtenidos permiten identificar la presencia de alteraciones arterioscleróticas mucho antes que se manifiesten clínicamente. Se utilizan técnicas no invasivas a través de un equipo de última generación, único en el país: el HEMODYN 4. "Este aparato permite medir el grosor de la pared arterial, el tipo de placas arterioscleróticas, la elasticidad y la capacidad de dilatación arterial en un solo estudio, de 30 a 40 minutos de duración, no invasivo. Es un prototipo único", explica el Dr. Forcada, responsable del laboratorio. El estudio puede ser indicado no solamente a pacientes con presión alta, sino también a todos aquellos que presenten factores de riesgo para el desarrollo de enfermedades cardiovasculares.

Los doctores Forcada, Kotliar y Obregón, del Servicio de Cardiología del HUA.

Consejos en la casa

Los pacientes a los que se les diagnostica hipertensión precisan adherirse a un estilo de vida saludable. Aquí van algunos consejos de los especialistas para ellos, sin olvidar igual que las mejores recomendaciones son aquellas que se individualizan según cada caso:

- Mantener una circunferencia abdominal adecuada.
- Disminuir el consumo del alcohol: ingerir menos de 30 gramos al día, en el caso de hombres, y menos de 20, en las mujeres.
- Reducir la ingesta de sodio: consumir sólo de 1.5 a 3 gramos de sal diarios.
- Realizar ejercicio físico moderado aeróbico e isotónico (caminar, correr, nadar, bailar, etc.) al menos 40 minutos 4 días a la semana.
- Hacer una dieta DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension), rica en potasio y calcio y baja en grasas. Además, puede imitarse el estilo de alimentación "mediterránea", que incluye pan integral, cereales, legumbres, frutas, granos y vegetales, pescado y poca carne de origen animal.

sanofi pasteur
La división vacunas del Grupo sanofi-aventis

Crear vacunas, es proteger la vida.

EN EL MUNDO, NUESTRAS VACUNAS PROTEGEN CONTRA: CÓLERA • DIFTERIA • ENCEFALITIS JAPONESA • FIEBRE AMARILLA • FIEBRE TIFOIDEA • GRIPE • HEPATITIS A • HEPATITIS B • INFECCIONES POR *HAEMOPHILUS INFLUENZAE* tipo b • INFECCIONES POR NEUMOCOCO • MENINGITIS POR MENINGOCOCO (serogrupos A, C, Y y W-135) • PAPERAS • POLIOMIELITIS • RABIA • RUBEOLA • SARAMPIÓN • TÉTANOS • TOS FERINA • TUBERCULOSIS • VARICELA

Jump - Foto: JN Reichel

La

una [vacuna] contra la meningitis

Aunque muchos de los casos que llegan a los periódicos y a los noticieros no tienen un final feliz, es importante saber que existen distintos tipos de meningitis y no todos son mortales. Conocer los síntomas ayuda a poner distancia a esta temida enfermedad.

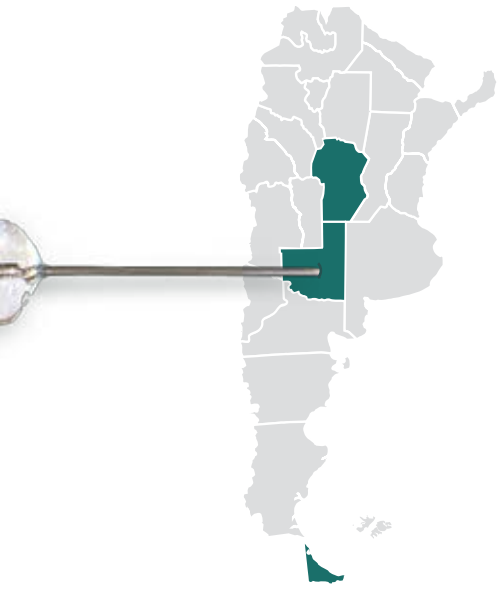
Su sola mención espanta a los padres. Y aunque los funcionarios insisten en alejar el fantasma de una epidemia, cualquier caso confirmado se convierte en una noticia temible. Por eso, vencer a la desinformación es el primer paso para ganar la batalla a este temido enemigo: la meningitis.

¿De qué se trata esta enfermedad? "Es una enfermedad infecciosa que produce la inflamación del tejido que cubre el cerebro y la médula espinal, llamado meninges. La meningitis aséptica o viral, el tipo más común, es causada por varios tipos de virus, aunque también puede ser causada por infecciones debido a varios tipos de bacterias u hongos", señala el **Dr. Fernando Burgos**, Jefe del Área Ambulatoria de Pediatría del Hospital Universitario Austral. "Puede presentarse a cualquier edad, pero se da con más frecuencia en niños menores de 5 años", explica el **Dr. Enrique Casanueva Martínez**, Jefe de Infectología Infantil del HUA. En cifras, el 75% de los afectados son recién nacidos y niños, aunque puede afectar a personas de cualquier edad.

Conocer para prevenir

Las hay de varias clases. "Existen varios gérmenes capaces de producir meningitis: las bacterias como *Haemophilus influenzae*, neumococo y meningococo producen la mayoría de las meningitis en niños mayores de un mes de vida. En los recién nacidos, otras bacterias como *Streptoccocus agalactiae*, *Escherichia coli y Listeria monocytogenes* son las más frecuentes. También los virus, especialmente enterovirus, producen cuadros de meningitis, pero de menor severidad", reconoce el Dr. Casanueva Martínez.

En las meningitis bacterianas, el grado de frecuencia y severidad de las secuelas varía de acuerdo con el grado de progresión de la enfermedad y la rapidez



Las vacunas actualmente disponibles protegen contra algunos tipos de meningitis.

Según datos del Ministerio de Salud, este año, Tierra del Fuego, La Pampa y Córdoba presentaron las tasas más altas de meningitis, incluso superando el índice nacional. La mortalidad por meningitis varía entre el 5 y el 15%, dependiendo de la edad del paciente y del agente etiológico, según la Sociedad Argentina de Pediatría. También se relaciona con la precocidad del diagnóstico y la internación en sitios que cuenten con la complejidad necesaria.

con que se instaura el tratamiento antibiótico efectivo. Tal como explica el **Dr. Santiago Cenoz**, del Centro de Estudios Infectológicos Dr. Daniel Stamboulian, "este tipo de meningitis, no tratado, tiene un índice de mortalidad del 80%. Si el diagnóstico es precoz y se comienza enseguida un tratamiento efectivo, en general la persona se cura completamente, y la enfermedad no deja secuelas como sordera, ceguera o alteraciones en la marcha, entre otras". En las meningitis virales, en cambio, los síntomas duran de 7 a 10 días, y la persona se recupera totalmente.

Saber cómo se contagia ayuda a conocer cómo prevenirse. "La mayoría de las meningitis virales se trasmiten por la vía *ano, manos, boca*, por lo que es indispensable el lavado frecuente de manos, mantener la limpieza de los sanitarios y de los utensilios de la cocina", detalla el Dr. Burgos. "A menudo, los síntomas de la viral y la bacteriana son los mismos. Por este motivo, es importante, ante la sospecha, realizar una punción lumbar para confirmar la meningitis y detectar rápidamente de qué tipo es."

Los agentes que producen la meningitis bacteriana se localizan en el nivel del tracto respiratorio y, por lo tanto, el contagio se produce a través de la saliva, de los distintos objetos que el niño comparte en el colegio o en la guardería, y a través de la tos.

Síntomas de la meningitis

En recién nacidos y lactantes:	En mayores de un año, adolescentes y adultos:
▪ Fiebre	▪ Fiebre alta
▪ Rechazo a los alimentos	▪ Cuello rígido
▪ Irritabilidad	▪ Intenso dolor de cabeza
▪ Llanto sin causa	▪ Sensibilidad a la luz
▪ Rigidez de la nuca	▪ Alteración del estado mental
▪ Tendencia al sueño	▪ Vómitos, escalofríos y náuseas
▪ Vómito fácil	

Síntomas que movilizan

Preste atención a los síntomas que hay que considerar. El Dr. Burgos enumera varios: fiebre alta; cefalea intensa con rechazo a la luz (fotofobia); náuseas; vómitos en chorro; manchas rosadas en la piel; en los lactantes, rechazo de alimento y llanto persistente; en los niños pequeños, irritabilidad y somnolencia; rigidez de nuca, alteración de la conciencia y convulsiones. "Ante estos síntomas, se debe concurrir inmediatamente al médico para su evaluación clínica, diagnóstico y tratamiento, que siempre incluye la internación: la meningitis no se trata en forma ambulatoria", agrega el pediatra.

"Las meningitis producen menos síntomas cuantos menos años tenga el paciente afectado. Un recién nacido puede presentar fiebre como único síntoma. En los niños más grandes, los adolescentes y los adultos se puede agregar dolor de cabeza, vómitos, irritabilidad, convulsiones", agrega el Dr. Casanueva Martínez.

Siempre causa alarma cuando se detecta un caso de meningitis en la escuela a la que concurren nuestros hijos. ¿Qué hacer? El infectólogo Casanueva aconseja: "La posibilidad de contagiarse una meningitis está relacionada con la proximidad y el tiempo que estuvimos al lado del enfermo. Cerrar los colegios no es una medida efectiva. Consulte a su pediatra sobre la necesidad de tomar algún antibiótico o recibir una vacuna".

"Los casos de meningitis aumentan un 50% hacia fines del invierno y principios de la primavera, en relación con los meses anteriores", subraya el Dr. Burgos.

Vacunarse = protegerse

No hay una única vacuna contra las distintas meningitis. "Las vacunas actualmente disponibles protegen contra algunos tipos de meningitis bacteriana, como la producida por *Haemophilus influenzae*, que se encuentra incluida en el Calendario de Vacunación Oficial bajo el nombre DPT Hib o Cuádruple, y de la que se aplican 4 dosis –la última, a los 18 meses–, y contra algunos tipos de meningococos y de neumococos", explica el Dr. Cenoz.

"En los recién nacidos, además, resulta fundamental la administración de otra vacuna obligatoria, la BCG, efectiva para la prevención de la meningitis tuberculosa", sigue el Dr. Burgos.

Aunque estas son las únicas vacunas incluidas en el Calendario Nacional de Vacunación, en la Argentina, contamos con dos tipos de vacunas antineumocóccicas. "Son la vacuna conjugada de 7

Un susto que dejó una lección

Bianca tiene 8 años y hace unos días le dio un enorme susto a sus papás: después de casi un día de sufrir vómitos y un agudo dolor de cabeza, le diagnosticaron una meningitis viral. "Nunca tuvo rigidez en la nuca ni fiebre... La primera consulta fue porque no le paraba el dolor de cabeza y vomitaba todo el tiempo. Le hicieron una tomografía y salió normal. A las pocas horas, se vino abajo y volvimos al hospital", relata su mamá, María Marta. Una punción determinó el cuadro: meningitis. "Enseguida mejoró, la punción aflojó la presión en las meninges. Al día siguiente, pidió comida y, al siguiente, nos dieron el alta", cuenta la mamá.

María Marta reconoce que la ignorancia fue el mayor peligro. Enseguida cundió el pánico entre sus compañeros de escuela. "Pasamos unas horas terribles... Todos piensan en el propio hijo. Sería bueno que haya más información porque para muchos era como tener lepra", lamenta. Hoy Bianca no tiene ninguna secuela, pero toda la familia aprendió la lección: saber más, en este caso, hubiera sido un buen antídoto.

[vacuna]

La vacuna BCG, contra la meningitis tuberculosa, está incluida en el Calendario de Vacunación y se aplica a los recién nacidos.

serotipos, adecuada para niños desde los 2 meses de vida; y la vacuna de polisacáridos de 23 serotipos, que sólo puede utilizarse en pacientes mayores de 2 años", cuenta el infectólogo Cenoz. Asimismo, "las vacunas de polisacáridos antimeningococcica A +C, B protegen a los niños a partir de los 2 años y por períodos de tres a cinco años, por lo que se las utiliza en caso de epidemias", expresa el Dr. Casanueva.

El Dr. Burgos hace una distinción: "No existen las enfermedades, sino los enfermos y que en cada caso la evolución y el pronóstico dependerá de muchas variables. Nuestro Hospital ofrece al paciente todas las vacunas que permitan disminuir el riesgo de esta enfermedad, como así también la asistencia de los pacientes que requieran su tratamiento".

Quirófano + Laboratorio

Pensar en regenerar un órgano o reparar un tejido –como el corazón o el esófago– para evitar un trasplante y, a su vez, trasladarlo desde el laboratorio hasta el quirófano, es una tarea difícil. Para facilitar ese desafío y combatir una posible contaminación del material, nacerá próximamente la Unidad de Traducción Clínica (UTC). ¿El futuro de la medicina regenerativa?

Un médico argentino tuvo una sencilla idea: ¿por qué no acercar al quirófano la "cocina" en la que se procesan tejidos y se ponen a punto células, que cada vez más se afianzan como una alternativa al trasplante de órganos? Esto sería un enorme avance para reducir los riesgos que genera transportar los "ingredientes" que hoy se utilizan para regenerar tejidos orgánicos o mejorar el funcionamiento perdido de algún órgano, como el páncreas, el esófago o el corazón. Tras los pasos de alcanzarlo, se encuentran la Facultad de Ciencias Biomédicas y el Hospital Universitario Austral con la llamada Unidad de Traducción Clínica (UTC), gracias a la experiencia de la empresa RESEARCH & DEVELOPMENT y su división R&D Tissue Engineering.

El Dr. Alejandro Nieponice, científico especialista en tejidos, es el creador y director de la UTC.

La idea de aprovechar las características de bioseguridad que comparten el laboratorio y el quirófano estuvo a cargo del **Dr. Alejandro Nieponice**, científico argentino especializado en cirugía e ingeniería de tejidos. "Como también soy cirujano, me interesaba llevar la investigación del laboratorio a los pacientes en el quirófano, ya que en los últimos años el crecimiento de la medicina regenerativa era cada vez mayor, como así también el acercamiento a los pacientes de las nuevas tecnologías en medicina", dijo Nieponice, creador y director de la UTC.

Del quirófano al laboratorio

Al igual que gran cantidad de nuevas tecnologías, la ingeniería de tejidos incluye un proceso que comienza con la extracción de células de los pacientes, sigue con el cultivo de esas células en el laboratorio y finaliza, después de un tiempo, con el implante en el paciente del material biológico obtenido.

"Como todo ese proceso ocurre entre el quirófano y el laboratorio, en el medio hay demasiado movimiento y transporte del material biológico, lo que significa muchos momentos de riesgo de contaminación o de preservación del material. Y como los cultivos celulares se mantienen en ambientes estériles para poder implantarlos en los pacientes y los quirófanos comparten esa misma condición, se me ocurrió que lo mejor sería unir ambos lugares", explicó Nieponice por vía telefónica, desde el Instituto McGowan de Medicina Re-

La Unidad de Traducción Clínica, por dentro. En este nuevo proyecto, el laboratorio y el quirófano se unen, para evitar posibles contaminaciones cuando se traslada el material en una cirugía.

generativa de la Universidad de Pittsburgh, en los Estados Unidos.

Allí, el cirujano argentino, que apenas supera los 30 años, investiga junto a dos científicos que tienen reconocimiento internacional en el desarrollo de la ingeniería de tejidos, los doctores Stephen Badylak y David Vorp. Nieponice se especializa en la regeneración del esófago, una parte del sistema digestivo sin la alternativa del trasplante. Pero para el proyecto que dirigirá en la Argentina –que no duda en calificar como una "apuesta al futuro de un hospital con una mentalidad de vanguardia"–, Nieponice ya tiene claro el objetivo por alcanzar a largo plazo.

"Como existen los demás servicios especializados, la idea es que también haya un servicio de ingeniería de tejidos y medicina regenerativa para que los pacientes del Hospital dispongan de esa tecnología que crece aceleradamente en el mundo. Es una especialidad muy nueva y todavía se necesitan muchos ensayos clínicos para generalizar su aplicación", comentó.

Pero en la UTC no sólo se fabricarán tejidos o se cultivarán células para reparar órganos dañados, sino que inicialmente también se facilitará la puesta en marcha de esos ensayos en pacientes con el Instituto McGowan. "En el mundo, hay muchos centros de investigación interesados ya en el funcionamiento de la unidad, que demandó seis meses de planificación", precisó Nieponice. "Se darán también facilidades para realizar cultivos celulares, y la UTC se hará cargo del diseño de los estudios y de los trámites necesarios para la autorización de los protocolos de investigación."

Hacia una integración clínica

Además de empezar a trabajar para lograr fabricar tejidos a la medida de cada paciente –en un futuro sin fecha aún–, las instalaciones de la UTC permitirán, en breve, criopreservar médula ósea y otros órganos para trasplantes. Junto con Nieponice, trabajará inicialmente un biólogo y algunos especialistas de R&D que interactuarán con cada departamento hospitalario en el que se desarrolla tecnología biomédica.

"Por ejemplo, para la reconstrucción del conducto esofágico se trabajará con el Departamento de Cirugía; para la reparación de córneas, con el Servicio de Oftalmología, o para investigar la potencialidad de las células madre para tratar enfermedades del corazón, con Cardiología... La iniciativa apunta a integrar a todos los servicios del Hospital", explicó el investigador. En agenda, el primer proyecto de investigación es la realización de un

¿Qué es la Medicina Regenerativa?

También llamada Ingeniería de tejidos, se trata de un campo de investigación reciente dentro de la Medicina. Esta disciplina investiga la fabricación de sustitutos biológicos que mantengan, mejoren o restauren la función de órganos y tejidos del cuerpo humano, lesionados por defectos congénitos, enfermedades regenerativas y traumas, entre otras causas. Este campo utiliza ramas tan diversas como la robótica, la biología celular, la ciencia de los materiales y la microfabricación, para diseñar reemplazos de partes del organismo humano. Para muchos, la Medicina Regenerativa significa un cambio de paradigma: de una medicina que alivia los dolores del organismo, a otra que fomenta la capacidad del cuerpo de curarse a sí mismo.

En la UTC, que demandó seis meses de planificación, se cultivarán células para reparar órganos dañados o se fabricarán tejidos, lo que se conoce como Medicina Regenerativa.

ensayo clínico sobre regeneración esofágica.

En 2004, el equipo que Nieponice integra en el Instituto McGowan, en los Estados Unidos, probó una nueva técnica de autorreparación del esófago en 12 perros a los que se les había extirpado parcialmente una porción de cinco centímetros del conducto digestivo que une la faringe con el estómago. El procedimiento consistió en colocarles alrededor del esófago una malla tubular biodegradable fabricada con tejido de vejiga porcina. Ese "andamio" natural permitió que un mes después del implante los perros recuperaran el tejido esofágico perdido.

"En la UTC utilizaremos también un andamio derivado de la matriz extracelular porcina para tratar pacientes con problemas de esófago, como cáncer o enfermedad de Barret (una lesión en la pared esofágica por la filtración de los ácidos del estómago), ya que ese tipo de matriz no genera rechazo del sistema inmune", adelantó Nieponice.

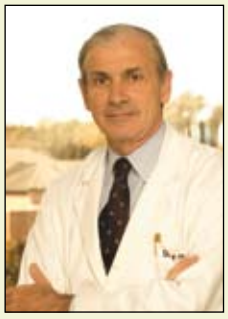
En Japón, citó el investigador, estudios sobre pacientes demostraron la efectividad de la ingeniería de tejido para reconstruir, por ejemplo, conductos vasculares y córneas. Otras futuras áreas de aplicación son la neurología, la reparación de cartílagos, hernias inguinales o fístulas (conexiones anormales entre órganos), y el tratamiento de la incontinencia urinaria.

A pesar de todo esto, insistió en aclarar Nieponice para no generar falsas expectativas, "todavía es apresurado hablar de la ingeniería de tejidos como una tecnología de aplicación generalizada, estamos recién en los comienzos".

Una disciplina aún sin horizonte

La instalación de la Unidad de Traducción Clínica (UTC) en el quirófano significa, para el departamento de Cirugía del Hospital Austral, acceder a una tecnología nueva –de sorprendente desarrollo en los últimos años–, que permite ampliar y redefinir los alcances y la incumbencia de la cirugía como disciplina médica. En lo científico, constituye un logro de gran importancia, dados los promisorios resultados de la Ingeniería de Tejidos y la Medicina Regenerativa en el mundo, que hoy son propios del laboratorio y que próximamente serán aplicados a lo clínico.

En esta unidad, se realizarán cultivos celulares y procesamientos de tejidos obtenidos de pacientes en el quirófano adyacente, para su posterior aplicación a patologías de difícil tratamiento, con el objetivo de reestablecer las funciones de órganos o tejidos afectados por enfermedades, traumatismos o enfermedades congénitas. Asimismo, se ofrecerá la posibilidad de criopreservar tejidos vivos para procedimientos de trasplante en distintas disciplinas, como médula ósea, válvulas cardíacas y glándulas paratiroides, entre otras.



Dr. Pedro A. Saco
Prof. Adj. de Cirugía de la Fac. de Ciencias Biomédicas de la UA
Jefe del Departamento de Cirugía del HUA

Ya sabés como se va a llamar, ¿pensaste cómo protegerlo?

MaterCell es el primer banco de células madre de Sudamérica. En nuestro laboratorio de criogenización procesamos y conservamos una muestra de sangre del cordón umbilical de tu hijo para poder ser utilizada en el futuro. Estas células podrán servir para la regeneración de tejidos dañados por alguna enfermedad al ser multipotentes y 100% compatibles con tu bebé. Más de cinco mil familias confían en nosotros. Te invitamos a conocer nuestras instalaciones y contarte como resguardar la salud de tu hijo.

ISO 9001
BUREAU VERITAS
Certification

Conocé nuestras promociones en **www.matercell.com**

MaterCell
BANCO DE CELULAS MADRE

Nuevo Laboratorio: Gallo 1228, Capital Federal Tel. 4964-3333 líneas rotativas y 0800-444-6283 **Sucursal Pilar:** Tel. 02322-667095

SERVICIO ODONTOLOGICO INTEGRAL

IMPLANTOLOGIA

Prótesis - Cirugía - Cosmética dental - Odontopediatría

OSDE - OMINT - DOCTHOS - SWISS MEDICAL - MEDICUS - MEDIFE

Dentar Pilar

El nuevo concepto en salud dental

Nobel Biocare

Directores: Dr. José Luis Didier MP: 50824 Dr. Alejandro Virgillito MP: 50825

EDIFICIO CONCORD PILAR (CRISTAL) PISO 2 Of. 205
COLECTORA PANAMERICANA Km.49,5 - PILAR
Tel.: 02322 - 470620

Ver bien para vivir mejor

"No puedo leer bien, pero no sé qué me pasa porque yo nunca tuve problemas en la vista". Seguramente, a muchas personas se les cruza este pensamiento. En realidad, lo que les ocurre es algo completamente normal. Se trata solo de un síntoma de la presbicia, una condición visual que afecta a la mayoría de las personas a partir de los 40 años.

La presbicia o vista cansada no es una enfermedad, sino una condición natural del envejecimiento del cristalino –la lente natural del ojo– que se manifiesta en la disminución de la capacidad para enfocar con claridad los objetos cercanos. Al notar los primeros síntomas, se aconseja visitar al oftalmólogo, quien seguramente determinará la necesidad de usar anteojos recetados.

Hay diferentes tipos de lentes que pueden usarse, pero la mejor opción son las lentes progresivas o multifocales, que permiten ver bien a todas las distancias, eliminando la necesidad de usar dos anteojos distintos, como sucede con las lentes monofocales. La compañía de lentes oftálmicas OPULENS dio un paso más y personalizó las lentes multifocales. Así, las nuevas lentes "FreeForm" se adaptan a las necesidades puntuales de cada usuario para garantizar la mejor opción posible.

Asistencia domiciliaria

ATEMPO, la primera empresa de Teleasistencia Domiciliaria de la Argentina, constituye un sistema de ayuda telefónica en el que se cubren las necesidades de aquellas personas que requieran atención en forma regular y, en caso de emergencia, una rápida asistencia las 24 horas del día. El servicio se sustenta en un software de desarrollo propio operado por un equipo de profesionales en Psicología, Terapia ocupacional, Trabajo social y Emergentología, capacitados especialmente para responder frente a las necesidades del usuario y eventuales situaciones de urgencia.

Envase mejorado

Diasip, la fórmula nutricional bebible especialmente desarrollada para mejorar la calidad de vida en pacientes diabéticos creada por Nutricia-Bagó, fue lanzado al mercado con un nuevo packaging. El nuevo envase de Diasip presenta un diseño cómodo de sostener, con tapa a rosca, lo que facilita el abrir y cerrar de la botella. Por otro lado, su base es firme para evitar posibles caídas, y su bombilla, plástica y flexible. El suplemento bebible con bajo índice glucémico ayuda a tener un mejor control de la glucemia. de urgencia.

0% grasa, 0% colesterol

SanCor lanzó una nueva crema 0% grasas, 0% colesterol, con 90% menos de calorías que una crema tradicional para reconquistar a los consumidores que usan poco o nada de crema y a los que la reemplazaron por el queso blanco. La SanCor Crema 0% viene en un envase totalmente innovador para la categoría y con un diseño que no pasará inadvertido en la góndola.

PARADIÑEIRO
Chubut s/n y Panam.km 50
Torres del Sol - Pilar
Tel. 02322-473005

ZANOTTA
Ruta 25 N°1805 - Escobar
Tel. 03488-424006

GRUPO
PARADIÑEIRO

Farmacias y perfumerías

10 años de atención personalizada y alto profesionalismo en todas sus farmaciás

ROMANI
Av. Maipu N° 3548 - Olivos
Tel.011-4794-0102

MISBACK
Av. Caamaño N°1175
Shopping La Escala - La Lonja
Tel.02322-666185

wwww.farmaciasgp.com.ar

MeC
MEDICOS EN CONSULTA

Alquiler de Consultorios

Edificio Bureau Pilar

- Módulos de 3hs.
- Excelente nivel
- Equipamiento integral
- Secretaria
- Seguridad 24 hs.
- Estacionamiento propio

Consultas: Srta. Roxana
02322-6-44222 / (15) 5846-9030

COORDINACION MEDICA:
DR. LUIS O PAUL
luisoepaul@hotmail.com

EDIFICIO BUREAU PILAR SUR
KM 49,5 PANAMERICANA, PILAR
(FRENTE AL SHERATON)

CENTRAL DE RESTAURANTES

Proveedor exclusivo del servicio de alimentación del Hospital Universitario Austral, apoya el desarrollo de esta institución.

Moreno 651 - (1091) - Ciudad Autónoma de Buenos Aires - TE 5171-7700 - www.centralrestaurantes.com.ar

ESTELAR®
Un colchón para siempre

COLCHONES Y SOMMIERS

Pilar:
Av. Tratado del Pilar 109
Tel.: 02322 664888
Maschwitz:
Av. Benito Villanueva 1660
(a 1 cuadra de Panamericana)
Mail: estelar.estelar@yahoo.com.ar
www.empresabausset.blogspot.com

Cuando cuidar es también EDUCAR

Durante la internación, la enfermería ocupa un lugar fundamental basado en las tareas de cuidado y acompañamiento del paciente. Sin embargo, el vínculo que se genera también da lugar para otra labor, quizás más trascendente, que puede dejar huellas luego del alta: la educación.

Todas las mañanas, Alejandra llega al Hospital y comienza una rutina en la que, paradójicamente, cada día es distinto. Mientras recorre las habitaciones, se desliza entre historias diferentes, dolores particulares, penas inexplicables. En cada una, hay una persona que espera de ella la contención, el afecto y el humor necesarios para sobreponerse y olvidar, aunque sea por un instante, sus pesares.

Al comienzo de la jornada laboral, el personal de Enfermería se encuentra con un momento clave de encuentro y comunicación entre el turno que entra y el que sale: el pase de guardia. "Es la oportunidad de intercambio de información, en donde el enfermero que recibe la guardia recopila todos aquellos datos sobre el paciente, su entorno y su patología, que le permitirán establecer nuevas prioridades, administrar cuidados, organizar los tiempos de la jornada y satisfacer las necesidades insatisfechas de los pacientes internados", explica la **Lic. Alejandra Parisotto**, Directora de Enfermería del Hospital Universitario Austral.

Las tareas de Enfermería se dividen en dos partes. Por un lado, las actividades derivadas de la indicación médica y relacionadas con la patología del paciente. "Por el otro, se encuentran las actividades más valoradas de la Enfermería y que están relacionadas con la respuesta humana a la situación de enfermedad", agrega Parisotto.

Un antes y un después

A diferencia de la relación que se construye con el médico, el vínculo que se establece entre el paciente y la enfermera suele ser favorecido por el tiempo que comparten durante la internación.

"La enfermedad es un hito que marca un antes y un después en la vida de las personas, y que nos hace afrontar la vida de una manera diferente", dice la **Lic. María Marta Palermo**, Subdirectora de Enfermería del Hospital Universitario Austral. Al acompañar al paciente en tiempos difíciles, "el profesional de enfermería no puede mantenerse aislado emocionalmente y, aunque no llegue a involucrarse, se encuentra afectado por el otro", cuenta Palermo.

De esta manera, se entabla una relación que puede ser aprovechada para que el paciente se vaya a casa con "algo más que su salud". Según Palermo, "todo enfermo debería llevarse un aprendizaje de su internación."

La educación del paciente se convierte, entonces, en una actividad que debe realizarse desde el momento del ingreso, cuando se debe comenzar a prepararlo para el alta. "La enseñanza puede pasar –según la profesional– por la adquisición de rutinas de cuidado o, en lo que se refiere a la enfermedad, por un proceso en el que ambos aprenden, tanto el profesional de enfermería como el paciente."

Del cuidado a la enseñanza

Es común que cuando uno está enfermo se preocupe al no saber exactamente qué le está pasando, y esto, sin lugar a dudas, puede repercutir sobre el organismo. Así, existen casos en los que la información brindada al paciente puede provocar cambios positivos en su estado anímico.

Según cita la **Lic. Laura Alberto**, Enfermera Educadora del Hospital, "la enfermería es una profesión humanista, que se ocupa del cuidado de la persona y de su familia, cuando vive una experiencia de salud-enfermedad, ayudándole a recuperar la fuerza, proporcionado información y fortaleciendo la voluntad, para que pueda recobrar o mantener el máximo grado de salud posible, o simplemente acompañando a la persona en el final de la vida, para que pueda morir con dignidad."

Por eso, de la profesión de enfermería se desprende, entre otras tareas, la de transmitir saberes. "Al dar información terapéutica al paciente o recomendar una conducta saludable, la enfermera está interviniendo en un área de dificultad de la persona: el déficit de conocimiento", explica la enfermera Alberto.

Al explicar al paciente en qué consiste cada procedimiento, cómo puede colaborar y qué puede llegar a sentir, la enfermera puede ayudarlo a que se comprometa más con el tratamiento que recibe. Según Parisotto, lo mejor de la educación es la seguridad que adquieren tanto el familiar, como el paciente, y la autonomía que les da la información. "Vuelven a ser dueños de sus decisiones", dice.

En muchos casos, la relación pedagógica excede al paciente y llega a la familia –que lo acompañará en los cuidados luego del alta médica–, y el profesional evacua sus dudas o explica los procedimientos y cuidados que se realizaron o se realizarán.

Aprender valores

La **Lic. Consuelo Diez** trabaja como Enfermera en la Unidad Coronaria del HUA. Según ella, la enfermera es educadora en el área en que se desempeñe. "En el ámbito asistencial, la enfermera es educadora con sus compañeros de trabajo, con alumnos, pacientes y familiares de pacientes." En la Unidad Coronaria, sin embargo, el rol como educadora es fundamental, "ya que muchas veces los pacientes no han tenido contacto con la medicina y son muchas las dudas que les van surgiendo", explica Diez.

El aprendizaje del paciente no pasa únicamente por la incorporación de rutinas de cuidado personal, sino también por la adquisición de valores humanos, "ya que el hecho de enfrentarse a la enfermedad los hace replantearse el ritmo de vida que llevaban y los tiempos que dedicaban a su familia, a su creencia religiosa, a su trabajo, a sus amigos; en fin, a lo más importante de su vida", afirma.

i En las internaciones cortas:

¿Es posible "educar" a un paciente a pesar de que éste no tenga una internación prolongada? La respuesta es sí. "Luego de evaluar las necesidades del paciente, –cuenta Laura Alberto– la enfermera determina las prioridades de intervención de acuerdo con el siguiente criterio: en primer lugar, interviene sobre el problema que compromete la vida de la persona. Luego, atiende lo que es importante para el paciente y la familia. Cuando éste no presenta un problema que comprometa su vida de manera inmediata –como por ejemplo, una hemorragia– puede atender otras necesidades de educación, como enseñar al paciente a cuidarse una herida de una cirugía abdominal simple. Esto ayudará al paciente a disminuir el riesgo de infección una vez externado".

Etimológicamente la palabra educar significa: dar, al que aprende, los medios y conocimientos para abrirse camino, encauzarlo al pleno desarrollo de sus posibilidades. "Realmente es este momento del cuidado en el que la enfermería logra su plenitud, porque logra satisfacer las necesidades del paciente y acompañarlo para que pueda salir de un estado de dependencia hacia uno de independencia", agrega Alejandra Parisotto.

El vínculo con la enfermera implica un camino de ida y vuelta, en el cual el aprendizaje es mutuo.

Pero no sólo el paciente adquiere conocimientos mientras avanza hacia la recuperación. El vínculo con la enfermera implica un camino de ida y vuelta en el cual el aprendizaje es mutuo. Consuelo siempre se lleva una lección de las virtudes que descubre en sus pacientes, como la paciencia y la magnanimidad. "Así como de toda persona podemos aprender lo que no sabemos o mejorar lo que sabemos, de los pacientes también".

Educar en la adversidad

En ocasiones, el rol educativo de la enfermera traspasa las puertas del Hospital. Tal es el caso de **Claudia Zamora**, Enfermera del HUA, que visita cada 15 días el Hogar Santa María, ubicado en Pilar, en donde se acoge a madres adolescentes provenientes de una comunidad con grandes necesidades vinculadas a la prevención y a la promoción de la salud.

El espíritu de desafío llevó a Claudia y a la Licenciada en Psicopedagogía **Cecilia Maucci** a generar un espacio de confianza para compartir conocimientos y acompañar al grupo de jóvenes.

El trabajo comenzó hace siete meses recogiendo inquietudes y luego acercando información de la manera más clara y sencilla posible. Se comenzó a hablar de "temas relacionados a la salud, como el funcionamiento reproductivo de las mujeres y los hombres; aprendieron conceptos nuevos y también desaprendieron creencias que no tenían ningún fundamento", cuenta Zamora.

"Lo que me interesa es que están ahí y que las causas y circunstancias les son adversas", dice Zamora. "Por eso, me propongo acompañarlas y compartir mi conocimiento desde esta profesión. Lo hago desde un lugar muy lindo que tenemos todos: el corazón."

Sus visitas al Hogar Santa María también significaron un aprendizaje para Claudia en este sendero de ida y vuelta que es el vínculo entre la enfermera y el paciente. A lo largo del camino recorrido junto a estas jóvenes madres, adquirió la virtud de la paciencia. "Una vez que logramos hacer un momento de silencio y de reunión, de charlar y de desarrollar los temas con ellas, me voy del Hogar con un sabor de felicidad, porque pude compartir mis conocimientos, y ellas pudieron aportarme su sentir, sus lágrimas –a veces sin siquiera saber sus verdaderas razones–, su sorpresa frente a la información nueva que reciben y a la sensación real de sentirse acompañadas. Creo que esto les da esperanza y, hoy en día, no es poca cosa."

La enfermera, ¿educadora para la salud?

Mejorar la calidad de vida es el gran desafío de la enfermería, en donde el contacto humano y la comunicación cara a cara son imperativos para rescatar la condición humana y promover estilos de vida saludables.

A pesar de que la profesión ha alcanzado niveles altos en su formación, la imagen de la enfermera continúa desdibujada en la sociedad y con condiciones laborales deficientes. Sin embargo, hasta hoy, ninguna tecnología puede sustituir a la enfermera como educadora, ya que la primera tecnología del cuidado es su misma persona con un saber, un "saber hacer" y un "saber ser" enfermera, para educar en la transformación de conductas que alteran la salud.

La enfermera debe desarrollar empatía, ir hacia el otro y ver lo que siente, antes, durante y después del acto de cuidar. Para ello, el diálogo es imprescindible. La educación es la herramienta para hacer conocer lo que cada uno necesita y para lograr que las relaciones sociales sean horizontales, encontrándonos "en el mismo lado" con saberes distintos.

La enfermera aconseja y aclara dudas: a la embarazada, sobre cuidados del recién nacido; al niño, sobre los beneficios de determinados hábitos; al adolescente, sobre los riesgos de adicciones, embarazo, trastornos de conducta alimentaria... Con lenguaje claro, brinda ayuda para tomar decisiones y reforzar la voluntad frente a tratamientos prolongados sobre dietas, ingesta de medicamentos y enseñanza de procedimientos, como la administración de insulina. Pero también educa cuando informa los beneficios del ejercicio y el abandono del tabaco, cuida al anciano en el hogar o acompaña frente a la pérdida de un ser querido.

Para aumentar el conocimiento acerca del aporte que esta enfermera puede dar al cuidado de salud, coincido con declaraciones internacionales y nacionales: "Sin cuidados de enfermería de calidad, no existe un sistema de salud".

Por Lic. Elena Perich
Presidenta de la Federación Argentina de Enfermería

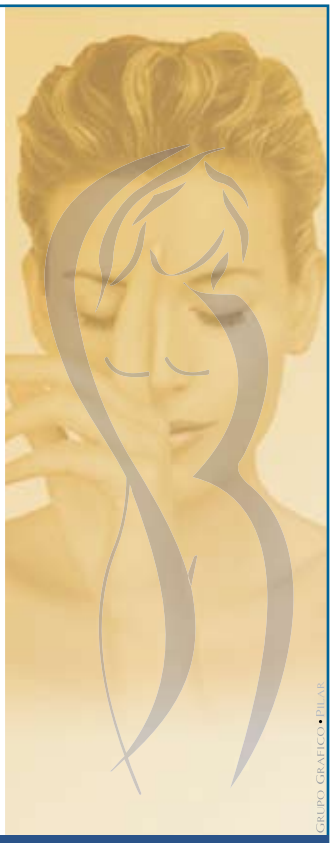
Centro Integral de Estética y Medicina

Tratamientos Médicos Láser.
Tratamientos Corporales y Faciales.

- Peeling
- Lifting sin Cirugía
- Botox
- Aparatología
- Mesoterapia
- Nutrición
- Depilación Láser
- Celulitis
- Rejuvenecimiento
- Cirugía Estética

Nodros
ESTÉTICA MÉDICA

Tratamientos Personalizados
Supervisados por profesionales Médicos



Edificio Office Park Norte
Panam. Ramal Pilar Km. 42,5
Cp: 1669 - Del Viso
Local 21

Consulta de Orientación
Sin Cargo

Tel:02320-657697
info@nodros.com.ar
www.nodros.com.ar

PANIFICACION
ROCCA
CONFITERIA

AV. MADERO 1234 - DEL VISO
Tel: 02320-470191

PASEO PILAR - KM 44
Tel: 02320-657044

Preguntas al Doctor

Todas las respuestas de los médicos del Hospital a las preguntas más frecuentes de nuestros pacientes sobre el cuidado de la salud.

¿A qué síntomas hay que prestar atención para saber si una persona sufre de diabetes?

Es necesario aclarar que actualmente se define a la *diabetes mellitus* como un grupo de enfermedades metabólicas. Existen dos formas principales: Tipo 1, de mayor aparición en niños, adolescentes y adultos jóvenes; y Tipo 2, más común en mayores de 40 años. Los síntomas más característicos son orinar en forma muy frecuente, tener sed intensa, sufrir hambre excesivo y la pérdida inusual de peso. Las personas con diabetes Tipo 1, pueden presentar también fatiga extrema e irritabilidad, y aquellos con diabetes Tipo 2, todos los anteriores, además de infecciones frecuentes, visión borrosa, picazón, disfunción sexual, dificultad en la cicatrización de heridas y adormecimiento en manos o pies.

Poseen un riesgo mayor de presentar diabetes Tipo 1 los hermanos e hijos de personas con esta enfermedad y Tipo 2, individuos mayores de 45 años, con antecedentes de diabetes en la familia, con sobrepeso u obesidad, sedentarios, hipertensos, con bajos niveles de colesterol bueno, o bien, triglicéridos altos y mujeres que han presentado diabetes durante el embarazo o un bebé de más de cuatro kilos.

En todos los casos, es indispensable la consulta médica.

Dra. María Cecilia Preiti
Servicio de Diabetes y Nutrición

¿Es posible la práctica de deportes en pacientes que han sido operados de artrosis de cadera o rodilla con una prótesis?

Actualmente, aquellos pacientes de más de 60 años pueden reintegrase a actividades deportivas con diseños y materiales modernos de artroplastia protésica de cadera y rodilla. La posibilidad de mayor actividad luego de ser operado se relaciona con el nivel previo de entrenamiento, por lo cual resulta aconsejable mantener niveles de actividad adecuados a cada etapa de la vida. ¿Cómo podemos preparar adecuadamente el cuerpo para empezar a practicar un deporte? Lo ideal es tener una buena base aeróbica que se consigue trotando, haciendo bicicleta y nadando, por ejemplo. Se recomiendan 20-60 minutos de actividad aeróbica para cada sesión de entrenamiento.

Dr. Horacio Rivarola Etcheto
Servicio de Ortopedia y Traumatología

¿Qué medidas debemos tomar para prevenir enfermedades cardíacas y a partir de qué edad deberíamos aplicarlas?

Cumplamos las cuatro metas en salud y podremos decir "haz lo que digo y lo que hago". Las enfermedades cardiovasculares constituyen la principal causa de mortalidad en el mundo occidental. Los cuatro consejos básicos para evitarlas son: practicar actividad física en forma regular, no fumar, mantener una dieta adecuada y acudir al médico cuando sea necesario. El objetivo principal no es solamente brindar consejos, sino lograr que la mayoría de las personas alcance las metas de control de su salud. La obesidad, el sedentarismo, la hipertensión, las alteraciones del colesterol, los trastornos del metabolismo del azúcar (síndrome metabólico) y el tabaquismo, son problemas que no comienzan necesariamente en la vida adulta sino que tienen su origen frecuentemente en la juventud. La patología vascular evoluciona en tres etapas: convivencia pasiva con los factores de riesgo cardiovascular. Luego, la arteriosclerosis se desarrolla en forma lenta y silenciosa, y finalmente, la aparición de los síntomas en una edad más avanzada. El mensaje es que debemos empezar a educar desde la infancia. El desafío está planteado, la solución es responsabilidad de todos. Si cumplimos los cuatros pilares básicos, podríamos transformar la famosa frase "haz lo que digo y no lo que yo hago" por "haz lo que digo por todas la razones expuestas y además porque yo también intento cumplirlas".

Dr. Sergio Baratta
Servicio de Cardiología

ofisimple

"PROVEEDOR DE EMPRESAS EN ARTICULOS DE LIBRERÍA, PAPEL E INSUMOS DE COMPUTACION"

SIMPLIFICAMOS SUS PROCESOS DE COMPRA CON OPTIMA ATENCION Y ASESORAMIENTO
ENTREGAS A DOMICILIO SIN CARGO EN 24 - 48 HRS.

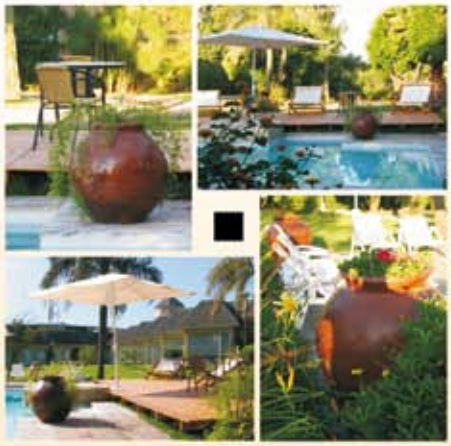
Av.Hipolito Yrigoyen 3456 - (1602) Florida - Pcia. de Buenos Aires
Tel./ Fax.: 4730-2256 / 4760-1616 - info@ofisimple.com

La segunda
SEGUROS GENERALES
COOPERATIVA LTDA.DE SEGUROS GENERALES

Héctor José Severini
Productor Asesor Directo
Mat. Nº 00561

Irigoyen 375 - 1629 Pilar - Buenos Aires - Argentina
Tel.: (+54-2322) 430 478 / 428 115 Cel.: (011) 156 0204347
E-mail: hseverini@lasegunda.com.ar Web site: www.lasegunda.com.ar

Miembro del:
GRUPO ASEGURADOR La segunda



4000 metros cuadrados de parque. ■ Piscina. ■ Asador. ■ Sala de pool. ■ Sala de estudios
Desayunador. ■ Wi-Fi. ■ 11 Habitaciones con vista al parque.

Avenida Presidente Perón y Alemania. Tel/Fax: (02322) - 488751 / 2.

(1635) Pilar, Provincia de Buenos Aires. República Argentina.

www.hostal-azul.com **reservas@hostal-azul.com**

Agradece la confianza depositada en poder brindarle seguridad a vuestra prestigiosa institución.

Echeverría 2240 - Munro
Provincia de Buenos Aires
Teléfono: (011) 4508-4123

ABIERTO 24 HS

OBRAS SOCIALES

TARJETAS DE CRÉDITO - DEBITO

Valentín Gómez 211 - Edificio Concord Pilar
Tel.: 02322-473742 - ID.: 156*3155

Martín Seguros acompaña el crecimiento del H.U.A, tan importante en nuestra comunidad pilarense.

Tucumán 444 Pilar - Buenos Aires Argentina
02322-420643 / 02322-430975
www.martinseguros.com.ar
oficina_pilar@martinseguros.com.ar

TODA LA LINEA EN CAÑOS,ACCESORIOS
para GAS y AGUA BOMBAS MOTORES

Sanitarios Grimaldi

Sanitarios Grimaldi

Caseros 583 .1635. Pte. Derqui (B) Tel.: 02322-485998
sanitariosgrimaldi@hotmail.com - sanitariosgrimaldi@yahoo.com.ar

Elite
TRANSPORTE DE PERSONAS

Remises
Eventos
Pool Escolar
Charters

02322-473888/89
575*3872

Panamericana Km. 50,500 - Las Magnolias 725
Frente a Jumbo - Pilar
E-mail: info@eliteremises.com.ar
www.eliteremises.com.ar

TATA empanadas salteñas

02322-473250

Envios sin cargo
Con tu primer docena 1/2 más de REGALO

Shopping Torres del Sol - Local 127

AGENCIA PILAR

VENTA DE PASAJES A TODO EL PAIS

NO TENEMOS SUCURSALES

28 años de destacada trayectoria en nuestra ciudad nos convierten en su empresa de confianza

ADQUIERA SUS BOLETOS CON ANTICIPACION

CHEVALLIER – EMPRESA GRAL. URQUIZA – SIERRAS DE CORDOBA – FLECHA BUS – SAN JUAN MAR DEL PLATA – RAPIDO SAN JOSE – RUTA ATLANTICA – ITATI VIA BARILOCHE – NUEVO CARAZA – EL NORTE BIS – AGUILA DORADA BIS – VIA TAC - SAN CRISTOBAL – TIGRE IGUAZU – EL VALLE – VIA MISIONES CENTRAL ARGENTINO – TUS – TAC – POTOSI – ALVAREZ – EXPRESO SINGER NUEVO EXPRESO – ZENIT – SAN JUAN

NUEVO SERVICIO A PARAGUAY – EMPRESA GODOY

Siempre en su tradicional esquina de
Ruta 8 y Baigorria (entre Rivadavia y Belgrano) - Tel. 02322 - 432485

Las Leonas juegan tranquilas.

www.hockey.com.ar

Medifé, Cobertura Médica Oficial
de Las Leonas y del seleccionado masculino de hockey.

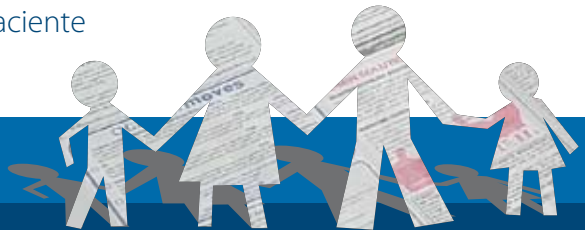
Ellas nos eligieron.

Vos también podés elegir
que tu salud esté bien cuidada.

Estamos de tu lado.

Medifé
COBERTURA MÉDICA NACIONAL

0800 333 2700 | 50 sucursales y más de 150.000 asociados en todo el país | www.**medife**.com.ar



Muchos pacientes con sus familias visitan a diario el Hospital. En este espacio, algunos de ellos dejan testimonio de su agradecimiento y regalan palabras de afecto para el personal de la Institución.

Como en casa

El día viernes 9 de febrero, Mauricio fue asistido en una cirugía bariátrica y es nuestro deseo agradecer profundamente la atención que han tenido no sólo con él, como paciente, sino conmigo como mamá. Nos hemos sentido comprendidos y, a pesar de estar lejos de nuestra ciudad, estuvimos tranquilos.

Desde la atención de los doctores hasta todas las personas que se involucraron en la cirugía, no podemos decir nada más que ¡mil gracias! Dejamos todo nuestro cariño a los doctores del equipo que nos atendieron y, en especial, al Dr. Mario Corengia, quien practicó la cirugía y aclaró toda duda y temor que tuvimos. Agradecemos la calidez de las enfermeras Isabel y Silvana, y al resto de las personas que conforman la institución, en la que reina un orden absoluto que hace que, en un momento tan angustiante como ése, uno pueda sentirse "como en casa".

Liliana Murace

Con nombre y apellido

Queremos expresar nuestro profundo agradecimiento a todo el personal del Hospital Austral. Todos ellos asistieron a nuestra hija Mariela, quien permaneció internada en la Unidad de Cuidados Intensivos (UCI) durante todo el mes de noviembre del 2006, a raíz de una neumonía que tuvo serias complicaciones.

Queremos mencionar al equipo de Terapia Intensiva integrado por los Dres. Pablo Pratesi, Sebastián Cosenza, Juan Cruz Escardó, Guillermo Parra, Javier Álvarez, Horacio Fernández y al resto de los profesionales que intervinieron en su tratamiento. Del equipo de Neumonología, agradecemos al Dr. Alejandro Videla; del equipo de Infectología, al Dr. Néstor Jacob; del equipo de Cirugía de Tórax, al Dr. Domingo Chimondeguy. También queremos felicitar al equipo de Nefrología y al de Kinesiología. No podemos dejar de mencionar al psiquiatra Appiani y al Plantel de Enfermeros, tanto de la UCI como de la Unidad de Terapia Intermedia. Agradecemos a Marcos, María, Marisa, Maxi, Consuelo, Mery, Cristian y al resto de sus compañeros.

Es probable que olvidemos algunos nombres, pero los mencionados representan a TODOS.

También queremos agradecer a nuestro médico de cabecera, el Dr. Etchegoyen, quien se preocupó en todo momento de informarnos día a día de las novedades.

Queremos destacar el alto profesionalismo demostrado, la forma clara en que nos impartieron los partes médicos, como así también la calidez humana que tuvieron.

Gracias a Dios, hoy Mariela está en casa, y estamos todos muy felices porque ha superado esta difícil prueba que le tocó vivir.

Familia Vitale

Simplemente, gracias

¿Qué otra cosa se les puede decir más que gracias? Gracias por la calidez humana, casi extinguida, que en el HUA vive. Gracias por hacernos sentir como en casa, por la atención en los detalles, por pensar en el bienestar de quienes asistimos al Hospital buscando, además de curaciones, sostén para el alma.

Gracias porque jamás vi discriminación. Gracias por haber llegado a esta zona, y por la inmensa vocación desinteresada. Y por último, gracias por tomarse con tanta seriedad algo que hoy está tan manipulado, tan dejado y tan herido: la salud.

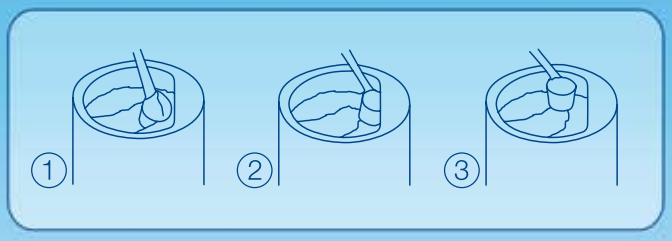
Sigan creciendo en sus convicciones de que las cosas se pueden hacer bien. De todo corazón: ¡gracias! Porque es un placer tener una institución tan noble en nuestro país.

Éxitos para siempre.

Nancy Ott

PEPSI
MAX®
PEPSI MAX ES UNA MARCA REGISTRADA DE PEPSICO INC., NY, USA.
MÁXIMO SABOR
SIN AZÚCAR
BEBIDA SIN ALCOHOL DIETETICA DE EXTRACTOS VEGETALES DE BAJAS CALORIAS.

Para esas madres que le dan a sus hijos **lo mejor**. **Ni más, ni menos.**



Nutrilon premium 3, ahora en un innovador envase que te permite obtener la medida exacta que tu hijo necesita para crecer sano y fuerte.

NUTRICIA · Bagó
Nº1 EN NUTRICION ESPECIALIZADA

www.nutricia-bago.com.ar
Servicio de información a Profesionales de la Salud y Consumidores **0800-555-4455.**