

# vida

La revista del Hospital Universitario Austral



Un diagnóstico en 24 horas, en el nuevo Centro Mamario



Un proyecto de promoción social en pleno Pilar



## El Piso Pediátrico es una realidad

De alta complejidad, el emprendimiento cuenta con el apoyo de Valeria Mazza y también estará disponible para chicos sin recursos.

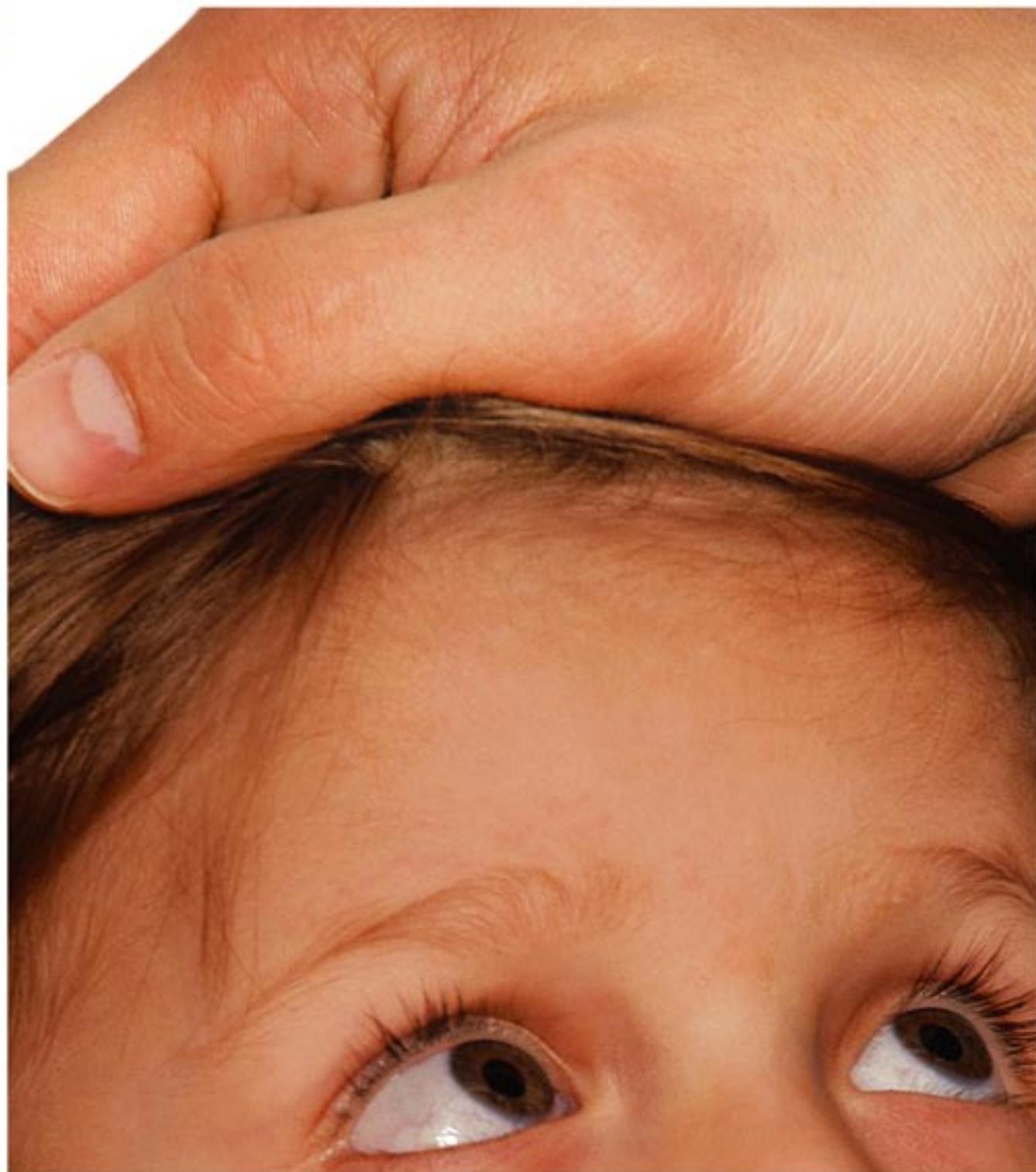
Síndrome de Down: el trabajo interdisciplinario del HUA



Investigación: ¿Cuál es el origen del dolor crónico?

El nuevo Piso Pediátrico, un compromiso de todos





## UN TECHO NOS HACE SENTIR PROTEGIDOS

**LA CASA DE RONALD McDONALD BRINDA UN HOGAR A FAMILIAS DEL INTERIOR DEL PAÍS CON NIÑOS BAJO TRATAMIENTO MÉDICO POR CÁNCER O TRANSPLANTES.**

Una casa confortable cerca del hospital para que estos niños puedan jugar, dormir, estudiar y recuperarse como en su propio hogar. Un lugar donde los chicos y sus familias se sientan protegidos y acompañados en el momento en que más lo necesitan. La Casa de Ronald McDonald, un lugar para la esperanza.

Para mayor información, realizar donaciones o colaborar como voluntario de La Casa de Ronald McDonald de Buenos Aires o Mendoza comunicarse al (011) 4982-5604 o al (0261) 450-0102, o por mail a [contactenos@casaronald.org.ar](mailto:contactenos@casaronald.org.ar).



# Una nueva primavera

Septiembre es un mes que entusiasma. Comienza la primavera y los que vivimos en Pilar contemplamos la explosión de la naturaleza: el temprano amanecer, el verde renaciente, los pájaros que contagian su alegría... Para quienes trabajamos en el HUA, también ésta es una nueva primavera.

Hace menos de un año, nos propusimos ampliar el hospital. Teníamos sobrados motivos para intentarlo. Sufríamos junto a nuestros pacientes, por no tener la suficiente capacidad física para recibirlos cuando era necesaria una internación. Al mismo tiempo, el crecimiento de consultas pediátricas, el mayor número de embarazos y la demanda de atención de niños con enfermedades graves y complejas procedentes de todo el país –pero especialmente de Pilar y alrededores–, nos obligaba a una respuesta.

¿Cómo hacerlo? ¿Cómo enfrentar una inversión significativa, cuando los recursos procedentes de los reembolsos que el hospital recibe por su tarea son insuficientes? ¿Cómo hacerlo sin comprometer la sustentabilidad?

Estábamos (y estamos) convencidos de que formamos parte de un emprendimiento asistencial y educativo trascendente, donde los valores y el ideal de una medicina más cercana a las necesidades del enfermo son su característica esencial. Los grandes ideales pueden todavía arrastrar voluntades, aún en medio de una sociedad que se muestra individualista, preocupada por su propio bienestar.

Estábamos seguros de que el numeroso plantel de pediatras, especialistas pediátricos, obstetras, enfermeras, técnicos y empleados dedicados al cuidado de los pequeños serían los más entusiastas impulsores del proyecto. También confiábamos que los más de 60.000 pacientes pediátricos y sus familias que pasaron y pasan por el HUA se sumarían de alguna forma al proyecto.

No nos equivocamos. Comenzamos a pedir ayuda a todos: pacientes, familiares, empresarios, y muchos otros. Su generosidad superó nuestras expectativas. Hoy esta realidad que nos permite alcanzar las 110 camas es fruto de su compromiso. Hoy el hospital ha crecido no sólo con su nuevo piso pediátrico. Nuevas habitaciones han quedado disponibles y están siendo rápidamente ocupadas por pacientes adultos o madres que encuentran el lugar apropiado para dar a luz.

Un aspecto menos conocido pero igualmente importante es la oportunidad surgida de ampliar nuestra asistencia a los queridos pequeños incluidos en el programa de atención primaria a cargo de los pediatras de la Unidad Pediátrica Móvil(\*). Con cierto orgullo, podemos decir que llegamos a 14.000 historias clínicas pediátricas abiertas en la atención de niños residentes en los barrios materialmente más pobres de Pilar.

Pero la primavera recién empieza, éste es sólo el comienzo. Nuevos proyectos esperan su puesta en marcha. Con la misma Fe y los mismos sueños, seguiremos juntos con una alegría y entusiasmo que esperamos sean la única enfermedad contagiosa que se expanda en el HUA. Seguiremos pidiéndole a muchos amigos, pacientes y vecinos que se sumen, que vale la pena, que con su generosidad harán posible cada año una nueva primavera.

(\*) La UPM es un proyecto entre la Fundación Ronald McDonald y el HUA.



**Dr. Eduardo Schnitzler**  
Director Médico





## 18 Centro mamario

### Con foco en la mujer

Más de un millón de mujeres por año son diagnosticadas de cáncer de mama. Por eso, el próximo 27 de octubre, el HUA inaugura un Centro Integral, para lograr diagnósticos tempranos y tratamientos exhaustivos.

## 22 Iniciativas solidarias

### Acortando distancias

Desde hace cuatro años, los voluntarios de Pilar Solidario trabajan para satisfacer las necesidades básicas de muchos barrios de Pilar, atendiendo la promoción de la educación, el trabajo, el deporte y la salud.



## 34 Enfermería

### El cuidado del alma

Durante la internación del paciente oncológico, los enfermeros de la Unidad de Trasplante de Médula Ósea logran un cercano vínculo, que lo ayuda a mejorar su calidad de vida.

## 36 Pediatría

### Un verdadero trabajo en equipo

Cuando una familia recibe la noticia de que su hijo tiene Síndrome de Down, suele abrumarse. La historia de los Coalutti muestra su aprendizaje junto al equipo interdisciplinario del HUA.

## Staff

Dr. Marcelo Pellizzari  
Editor general

### Consejo editorial

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

Edición Periodística: Maricruz Barcia  
Redacción: Florencia Calveiro, Lucila Peró y Luciano Porcio  
Diseño: Diego Costantini



Fotografía: Marko Vombergar

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

## 29 Vida empresaria

## 40 Preguntas al Doctor

## 42 La voz del paciente

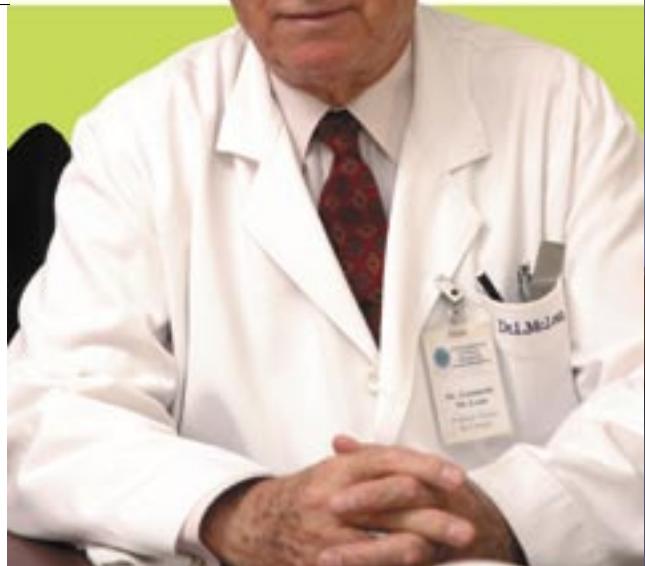


## De la Universidad Austral a Salt Lake City

Horacio Fernández, de Cardiología; Néstor Panattieri, de Pediatría; y María Green, de Enfermería, fueron enviados por el CEGES (Centro de Estudios Interdisciplinarios en Gestión y Economía de la Salud), de la Universidad Austral, para realizar una experiencia educativa en *Intermountain Health Care*, uno de los sistemas de salud de mayor calidad y más rentable de los Estados Unidos. Llegaron a Salt Lake City el 5 de julio y, desde entonces, se dedican a estudiar intensamente. Como temas para profundizar, eligieron "La bronquiolitis, implementación de un protocolo basado en la evidencia" y "Proceso de alta del síndrome coronario agudo, indicaciones correctas y educación al paciente". En este camino, los ayuda el *staff* de *Intermountain*, y al final del curso deberán mostrar los resultados al resto de los participantes para su discusión. El programa está auspiciado por Roche y Roemmers.

## Un nuevo académico

El jueves 27 de julio, el doctor Leonardo Mc Lean fue designado miembro de número de la Academia Nacional de Medicina. Este organismo reúne a 35 profesionales del país, con el objetivo de estudiar cuestiones científicas y técnicas relacionadas con la medicina, fomentar la investigación y establecer relaciones con instituciones nacionales y extranjeras. Actualmente, entre sus miembros, se encuentran otros profesionales de nuestra institución: el Dr. José A. Navia, el Dr. Miguel Tezanos Pinto y el Dr. Enrique Malbrán (FCB).



## Premio Sociedad Argentina de Oftalmología 2006

El doctor Juan E. Gallo, Vicedecano de la Facultad de Ciencias Biomédicas (FCB) y médico del Servicio de Oftalmología del HUA, Silvia Gatto y José Ferro, del Servicio de Hemoterapia, fueron reconocidos por la Sociedad Argentina de Oftalmología. Junto a otros especialistas que trabajaron en el proyecto "Implante de epitelio corneal organotípico en el tratamiento del déficit de stem cells limbares", estos médicos obtuvieron el Premio de la Sociedad Argentina de Oftalmología (SAO) 2006. Se trata de un reconocimiento que se otorga anualmente, durante el Curso Anual de la SAO.



Founded in 1982

# COLEGIO DEL PILAR

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

Olimpiadas Matemáticas

Deportes

Miembros A.S.D.F.

(Argentine Schools Debating Federation)

Orientación Vocacional

Educación Artística

Viajes de Estudios

Cuidado del Medio Ambiente

---

[www.colegiodelpilar.com.ar](http://www.colegiodelpilar.com.ar)

Ruta 34 km. 2.5 C.P.1629 – Pilar – Bs. As. – Tel/Fax: (54) 02322-426017

 UNIVERSITY of CAMBRIDGE  
International Examinations  
ESSARP AFFILIATED CENTRE

## INAUGURACIÓN DEL PISO PEDIÁTRICO

# La materialización de un sueño

El Hospital Universitario Austral inauguró un piso dedicado especialmente a la internación infantil. Además de los sectores destinados a las distintas especialidades médicas, cuenta con una sala de juegos para pacientes hospitalizados y salones para los familiares de los niños en situación crítica.



Un lugar dedicado especialmente a la atención y el cuidado de niños, con grandes ventanas que dan a un jardín verde, paredes de colores vivos y hasta una sala de juegos exclusiva para ellos. Todo esto equipado con la más alta tecnología en medicina, y un gran grupo de pediatras, enfermeros y otros especialistas dedicados especialmente al cuidado de la salud infantil. La imagen evoca un sueño, un sueño que

hoy se está haciendo realidad dentro del Hospital Universitario Austral, con la inauguración del nuevo piso pediátrico. Financiado gracias a la contribución de sus propios pacientes y de algunas empresas, también estará disponible para niños sin recursos (el 30% de los pacientes del HUA proviene de familias carentes), a través de las distintas iniciativas sociales del Hospital.

“La iniciativa fue financiada por personas y empresas, principalmente pacientes, que hacen posible que esta entidad de bien público y sin fines de lucro pueda desarrollar una intensa actividad asistencial, tanto con niños como con adultos. En muchos casos, ellos no cuentan con cobertura de salud”, cuenta el Lic. José Luis Puiggari, Director General del HUA.



“El proyecto se empezó a poner en marcha hace casi 18 meses, primero en planos y luego se fue concretando”, recuerda el **Dr. Manuel Rocca Rivarola**, Jefe del Departamento Materno Infantil del HUA.

### **Crecer en calidad**

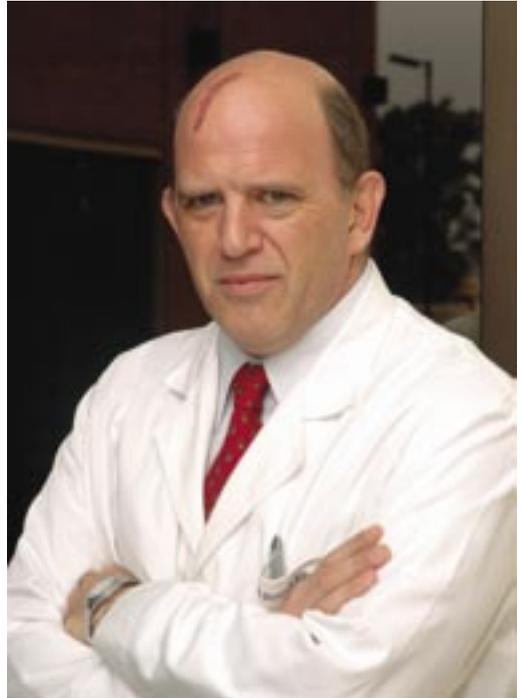
Se trata de un gran avance dentro del HUA, ya que permitirá

una mejor atención a todos los chicos que en él se atiendan.

“La necesidad de hacer un piso pediátrico surgió por varias razones”, explica el Dr. Rocca Rivarola. ¿Qué razones? “En la Argentina, hay una fuerte demanda de camas pediátricas, sobre todo, en la zona norte de la provincia de Buenos Aires”, indica Rocca Rivarola, y agrega: “Además, el servicio de pediatría

del Hospital Universitario Austral ha centrado su estrategia de crecimiento en la resolución de casos que requieren de la más alta complejidad en la atención de niños”.

Actualmente, el HUA realiza trasplantes hepáticos y de médula ósea, tratamientos oncológicos severos, cirugías complejas neonatales, cirugías cardiovasculares y neurocirugías. Para



**Izquierda: La primera pequeña paciente que se traslado al nuevo piso fue Brisa, con su mamá. Derecha: “La apertura de este piso nos ayuda a continuar con varios proyectos solidarios”, cuenta el Dr. Rocca Rivarola.**

esto, cuenta con equipos quirúrgicos altamente capacitados y reconocidos, y soporte de pediatría y de especialidades pediátricas.

## Salud y familia

Las nuevas instalaciones, de 2200 metros cuadrados y ubicadas en el 5° piso del edificio, permiten incrementar el soporte tecnológico, estructural y ambiental necesario para la atención de problemas graves y complejos en la edad neonatal y pediátrica.

Cuenta con 38 camas, de las que 18 están destinadas a internación general pediátrica. Además, hay una unidad de trasplante de medula

ósea con dos camas, y sectores de terapia intensiva e intermedia, neonatal y pediátrica. Esta área, adaptada especialmente para los chicos, cuenta con unidades de cuidados neonatales especiales, donde los niños prematuros muy pequeños pueden pasar parte de su internación en una habitación individual con su madre.

La presencia de los familiares y los tiempos de distensión son fundamentales en la recuperación y salud de los niños, y esto fue tenido en cuenta en la construcción de este nuevo piso pediátrico. “Cuenta con una sala de padres de pacientes hospitalizados en áreas críticas, y una sala exclusiva de juegos para los niños internados. De este modo, podrán canalizar gran parte de la agresión que sus tratamientos implican a través del juego, con la ayuda de psicopedagogas”, cuenta el Dr. Rocca Rivarola.

**El nuevo piso cuenta con una sala de juegos para los niños internados, donde pueden canalizar gran parte de la agresión que sus tratamientos implican a través del juego.**

## Profesionales capacitados

El constante avance de la ciencia y la tecnología requiere una capacitación permanente por parte de los especialistas de la salud. Hoy, los médicos del departamento de Pediatría realizan su capacitación general en el HUA. Tres de ellos están cursando la maestría de Investigación de dos años en la Universidad Austral, y otros realizan cursos de Dirección de Empresas de la Salud. A esto se suma la formación en el extranjero de numerosos profesionales del HUA. Actualmente, se están capacitando en el exterior el Dr. Tomás Iolster, que se encuentra en el área de Terapia intensiva de la Universidad de Cambridge; el Dr. Gonzalo García Guerra, en Edmonton, Canadá; y Néstor Panatier y María Green—enfermera pediátrica—, en Utah, Estados Unidos.

## Beneficios para todos

La inauguración del quinto piso no sólo beneficia al sector pediátrico.

También permite que haya 22 nuevas camas para medicina de adul-



# CLÍNICA ANGELUS

*Sede San Isidro*

HOSPITAL UNIVERSITARIO AUSTRAL

Fondo de la Legua 390 (B164AAQ) - San Isidro - Buenos Aires

Tel. 54 (011) 47352997

[clinicaangelus@cas.austral.edu.ar](mailto:clinicaangelus@cas.austral.edu.ar)

[www.hospital.austral.edu.ar](http://www.hospital.austral.edu.ar)



tos: al mudarse de piso, Pediatría deja un espacio dentro del HUA que podrá ser utilizado por otras áreas.

“En el último año, la falta de camas nos obligó a derivar a más de 500 pacientes que no pudieron ser internados en nuestra institución –señala Rocca Rivarola-. Ahora, la apertura de este piso nos ayuda a continuar con varios proyectos solidarios que requieren de un mayor espacio y equipamiento”.

De este modo, se podrá prestar atención a una mayor cantidad de personas de bajos recursos económicos, una actividad que crece dentro del Hospital Universitario Austral. “En los últimos años, más de 140 niños sin recursos fueron operados en el HUA”, indica Rocca Rivarola.

Las palabras de este médico desbordan agradecimiento: “Quiero agradecer a todos: fundaciones, empresas, amigos, médicos y pacientes que nos ayudan y brindan cotidianamente las herramientas para llevar adelante estos proyectos”, destaca Rocca Rivarola. Las obras han finalizado, el sueño se ha cumplido. Y ahora llega el mejor momento: la etapa en que comienza a hacerse realidad. ♦

## Una gran familia



En el Hospital Universitario Austral, la pediatría es un gran servicio. No se limita a los aspectos médicos, sino que también se contiene afectivamente a los pacientes y a sus familias.

Un caso que da cuenta de ello es el de **Ignacio Bertalán**, a quien se le diagnosticó leucemia linfoblástica aguda a los 3 años y medio. Hoy Ignacio se encuentra estable: el cáncer ha desaparecido. Si bien queda una etapa de mantenimiento, su madre no deja de agradecer al HUA. “Todo comenzó con una neumonía -recuerda-. Tuvo fiebre durante 15 días. En ese tiempo, muchos doctores se preocuparon por saber qué le estaba pasando, porque no era normal. Comenzaron a hacerle estudios, hasta que le detectaron leucemia”. Se trató de una etapa muy triste para la familia Bertalam. “Fue muy difícil de afrontar -asegura Marlene, su mamá -. Yo estoy sola, mi marido tiene pocos parientes, y mi familia está en Costa Rica. Gracias a Dios, en el hospital encontré una familia que me ha apoyado. El doctor, las enfermeras, los auxiliares, las personas que te llevan la comida, la gente que limpia... Todos han estado ahí, siempre apoyándonos, saludándonos...Te preguntan cómo está tu hijo, y sentís que todos se ayudan. Eso es lo más lindo: teniendo a mi familia tan lejos, he sentido un apoyo muy grande”.

Marlene termina de hablar y sonríe, feliz, con la seguridad de que Ignacio estuvo, y sigue estando, en muy buenas manos.



Lo de ahora: Te animás a probar Malbec

y Frutos Rojos en Freddo.

Lo de siempre: Terminás pidiendo

Frutilla y Dulce de leche.

Venís a Freddo  
y te encontrás  
con un lugar nuevo,  
con un diseño nuevo,  
con una cafetería,  
con un lugar mejor.  
Pero cuando te parás  
enfrente del heladero,  
te encontrás con  
el Freddo de siempre,  
el del dulce de leche  
más rico,  
el de las frutillas enteras  
en el helado,  
el de los pedazos  
grandes de chocolate  
en el granizado.  
Porque ahora  
hay un nuevo Freddo,  
pero es el de siempre.



HAY UN NUEVO FREDDO.  
EL DE SIEMPRE.

0810 33 FREDDO

[www.freddo.com.ar](http://www.freddo.com.ar)

# La salud, derecho de todos

Valeria Mazza se incorporó al proyecto del Piso Pediátrico como su madrina. Ella lo entiende como una defensa del derecho a la salud para los más chicos. Valeria, con una sensibilidad muy humana, sabe dedicar tiempo a sus hijos, a su salud y a los demás.



Caminó por las pasarelas más codiciadas del mundo. Vistió telas preparadas por los más exquisitos diseñadores. Su cara empapeló las calles de muchas ciudades. Sin embargo, siempre tuvo la vista puesta en otras realidades. **Valeria Mazza**, madrina del nuevo Piso Pediátrico del Hospital Universitario Austral, tiene predilección hacia los más chicos y, en general, hacia aquellos que puedan necesitarla.

Valeria se involucró en este proyecto pediátrico a través del Dr. Manuel Rocca Rivarola, pediatra de sus hijos y jefe de Pediatría del Hospital Universitario Austral. Él le contó la idea y la invitó a la primera cena a beneficio. “El proyecto me atrapó enseguida”, asegura la madrina. “Me gusta el HUA, cómo trabaja, el objetivo que tiene, y entonces decidí acompañar este nuevo emprendimiento”. De chica, Valeria había estudiado tres años de terapia ocupacional. Hoy esta misma inclinación por la salud la llevó a interesarse por este proyecto.

– **¿Influyó que seas mamá para acercarte al Piso Pediátrico?**

– Creo que sí, porque cuando una es mamá conoce una dimensión completamente distinta del amor. Entonces, me puedo poner en el lugar de una madre que tiene a su hijo internado o que tiene que hacerlo operar... Sé que podríamos dar la vida por un hijo.

– **¿Tenés una inclinación especial por los chicos?**

– Siempre me encantaron y me llevo muy bien con ellos. Además, me parece que la salud (sobre todo la de los chicos, porque son el futuro), es un derecho que todos tienen, no importa la edad, la religión, ni la raza. Todos tenemos derecho a la salud, sobre todo los chicos, los más desprotegidos.

– **¿Qué rasgos de los chicos te cautivan?**

**“Cuando uno piensa en ayudar, piensa en un aporte económico, y no es así, también es dar tu tiempo, es estar. Todos podemos hacer algo por los demás, tenemos que tener ganas y buscar la manera hacerlo”.**



– Me encanta la espontaneidad que tienen, la picardía. Me parece que dicen lo que sienten, tienen un sentimiento muy puro. Si alguna vez querés saber sobre algo, preguntale la opinión a un chico. Te va a dar una opinión más limpia que la de un grande. Los adultos aprendemos a contaminarnos de palabras para envolver una idea, cuando, en realidad, las cosas son más simples. Y eso son los chicos: simpleza y pureza. Por eso me gustan.

– **¿Qué conservás de la Valeria que fue chica?**

– En el trato con mis hijos, en el juego, siempre vuelvo a lo que me gustaba de chica y lo repito con ellos. Miro para atrás y recuerdo canciones o juegos con amigos y en familia. Lo que vivimos de chicos es lo que somos de grandes, y uno aprende mucho más de los ejemplos que de lo que escucha. La infancia es lo que tenés adentro, convivís con eso y no podés sacártelo de encima.

– **¿Tenés referentes que te inspiren?**

– La Madre Teresa es un ejemplo de solidaridad, de dar constantemente. Mi madre, ejemplo de educadora. Y una experiencia úni-

ca fue cuando conocí a Juan Pablo II, un ser humano sumamente especial.

## Una vida sana

– **¿Cómo entendés a la salud?**

– Es un derecho y no un privilegio de pocos. Creo que la vida es un don, y tener salud también. Si hay algo que puedo pedir a Dios es que me dé salud para ver crecer a mis hijos. Hoy en día, la Medicina está tan avanzada que la prevención es fundamental. El tiempo es clave en la salud. Todos tenemos derecho a que nos atiendan, y de la mejor manera, aunque hoy en la Argentina no siempre es así. Por eso me gustó mucho el proyecto del camión sanitario que lanzó hace un tiempo el HUA: eso es ir a hacer medicina preventiva.

– **¿Qué cosas concretas hacés por tu salud en la vida diaria?**

– Creo que es fundamental mantener una vida sana, cerca del deporte y con una buena alimentación. Esto hay que transmitírselo a los hijos creando hábitos. Yo hago deporte, como bien y ellos me imitan, van copiando los hábitos.



**Valeria y su carisma para relacionarse con los chicos.**

También les enseño a ir al médico no porque estén enfermos, sino para prevenir. Yo me hago chequeos constantemente y a ellos los llevo cada seis meses.

– **¿Cómo definís la experiencia de atenderte en el HUA?**

– El HUA es un lugar de alta complejidad, con alta calidad y mucha calidez humana. En definitiva, el paciente es tratado como una persona, y eso es fundamental, en especial en el caso de los chicos. Se necesita mucha sensibilidad para poder acompañarlos en una internación.

– **Hace tiempo empezaste Terapia Ocupacional, ¿Siguen vigentes esas inquietudes?**

– Yo llegué a Buenos Aires y estudié tres años de Terapia Ocupacional. A mí me gustaba la psicología, y esto la combinaba con medicina. La idea es trabajar en la recuperación desde distintos enfoques. Lamentablemente, cuando empecé

con los viajes se me hizo imposible seguir con los estudios. La elección de esa carrera se vincula con que desde los 13 años soy voluntaria de Olimpiadas Especiales, que entrenan y organizan competencias deportivas para chicos con discapacidades mentales.

– **¿Cómo surgió eso?**

– Yo vivía en Paraná y hacía natación. Se estaba organizando el campeonato entrerriano de Olimpiadas Especiales, nos pidieron colaboración a una amiga y a mí, participamos y me encantó. Desde ese momentó no paré. Más adelante, en cada país al que viajaba como modelo, conocía a los representantes locales de Olimpiadas Especiales. Es algo que me dio muchas satisfacciones, como cuando viajé con el comité argentino a las competencias internacionales en North Carolina y dimos la vuelta al campo olímpico con todos los chicos que iban a

participar.

– **Sos servicial... ¿de dónde recibiste eso?**

– Tiene que ver con la genética... Mi madre es una persona muy humana, le gusta ayudar a los demás, siempre está dispuesta. Cuando uno piensa en ayudar, piensa en un aporte económico, y no es así, también es dar tu tiempo, es estar. Todos tenemos la posibilidad de hacer algo por los demás, tenemos que tener ganas y buscar la manera de poder hacerlo.

– **¿Eso te gratifica?**

– La ayuda te llena de amor, de alegría, te reconforta. En general, el pueblo argentino es muy solidario, aunque en el día a día nos olvidamos del tema porque estamos muy enganchados en un ritmo acelerado. Cuando bajás un poco y mirás para el costado, ves que podés dedicar algo de tu tiempo a otros. Vale la pena. ♦

# H<sub>2</sub>O<sup>h</sup>!



cero  
azúcar

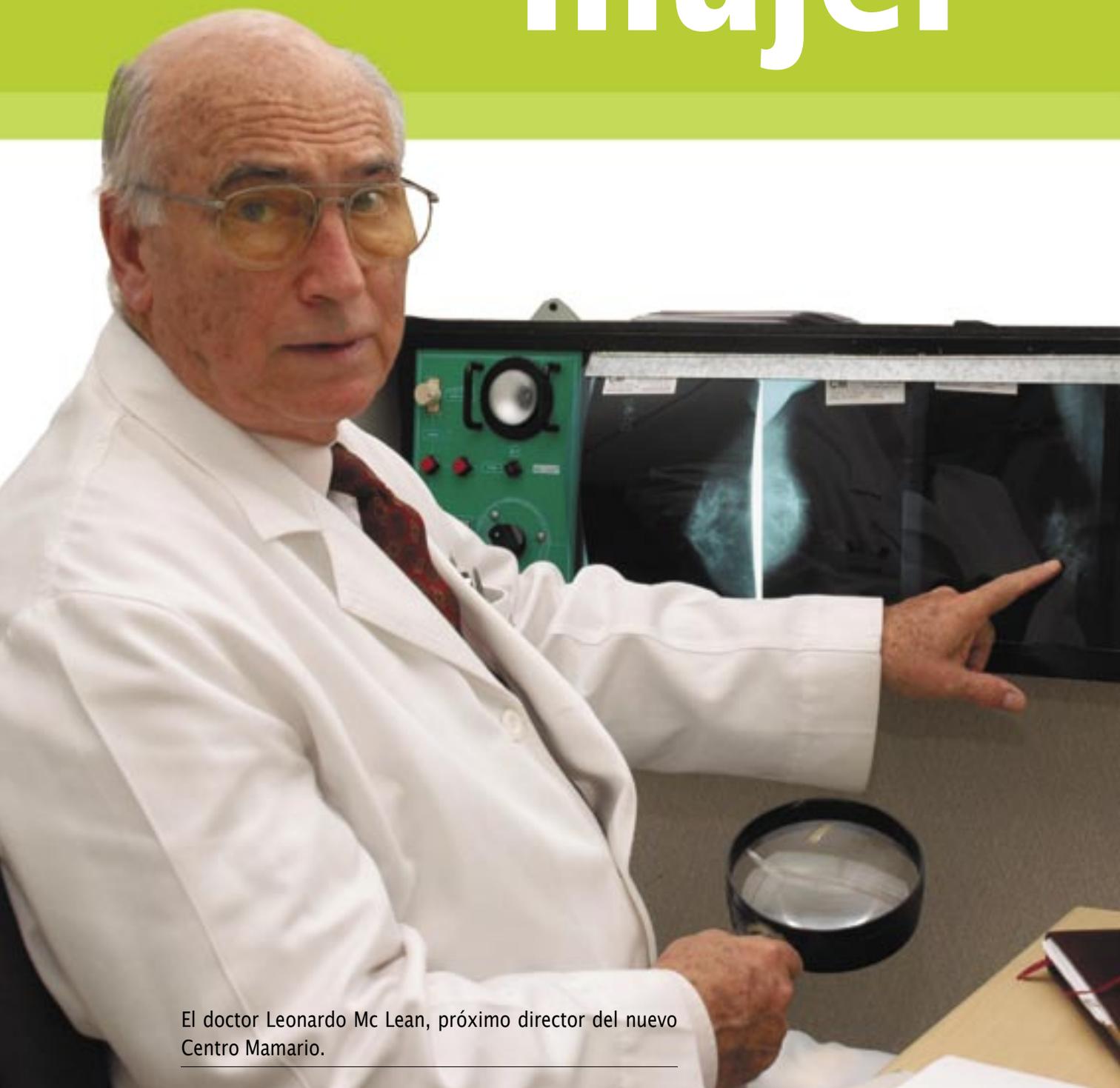
**SUAVEMENTE GASIFICADA.**

BAJO LICENCIA DE SEVEN UP INTERNATIONAL.  
Bebida sin alcohol destilada con 7% de jugo de limón fortificada con Vitamina B3, B6 y B12.  
Sabor: lima limón + lima limón + limón + lima limón mandarina.

\* 10% menos gas que 7Up o 7Up Free.

NUEVO CENTRO MAMARIO

# Con el foco en la mujer



El doctor Leonardo Mc Lean, próximo director del nuevo Centro Mamario.

Cada año, más de un millón de mujeres en el mundo reciben el diagnóstico de cáncer de mama. Gracias a la detección precoz, se logró mejorar enormemente la expectativa de vida de las pacientes. En este sentido, el próximo 27 de octubre el HUA inaugura un Centro integral para el cuidado mamario, con el fin de evitar que el estudio y el tratamiento de las pacientes se siga realizando en forma fragmentada.

Es cada vez una enfermedad más frecuente. Tanto, que se convirtió en el tipo de cáncer más común entre las mujeres. Sin embargo, paradójicamente, dejó de ser sinónimo de muerte: en los últimos años, la expectativa de vida de las pacientes con cáncer de mama evidenció una mejora notable. ¿La clave del “éxito”? Nuevos y mejores tratamientos y, sobre todo, el diagnóstico temprano. Por eso, con la idea de reforzar la posibilidad de una detección precoz y mejorar la atención de las mujeres con patologías mamarias, el Hospital Universitario Austral inaugurará el próximo 27 de octubre su Centro Mamario, un lugar de excelencia que apunta a convertirse en un sitio de referencia dentro del país y del resto de Sudamérica.

“Se estima que una de cada ocho o nueve mujeres que hoy caminan por la calle van a desarrollar cáncer de mama en algún momento de su vida”, informa el doctor **Leonardo Mc Lean**, mentor del proyecto y su futuro director.

### Todo en uno

En el país, existen muchos centros médicos en donde se atienden a mu-

jer con patologías mamarias, que consultan por un problema determinado. Pero esa paciente tiene que sacar un turno, que a lo mejor se lo dan para una semana o 10 días después. Recién entonces, es examinada y se le pide una mamografía, que debe hacerse en otro lugar y cuyo resultado estará disponible como mínimo una semana después. Luego debe volver a ver al médico, quien a lo mejor necesita completar el diagnóstico con una ecografía. Puede ocurrir que ese material no sea suficiente y que el especialista tenga alguna duda, por lo que pide una punción diagnóstica que debe hacerse en otro centro especializado... Así, los días pasan y a veces transcurren entre tres semanas y un mes para obtener el diagnóstico definitivo y recibir el tratamiento adecuado.

Pero el Centro Mamario del HUA apunta a ponerle punto final a todo ese trajín. Por empezar, tendrá un número telefónico especial en donde una secretaria dará turnos para ese mismo día o para el día siguiente. Una vez en la consulta, la paciente será revisada por un especialista y si requiere una mamografía o ecografía,

la obtendrá en el momento. “En no más de cuatro horas, desde que la persona llegó al hospital, tendremos un diagnóstico preciso acerca de qué tipo de afección se trata. Le estamos ofreciendo a la sociedad algo que yo creo que no existe en Sudamérica”, se enorgullece Mc Lean.

### Manos a la obra

Para la construcción del Centro, el HUA reacondicionó tres consultorios en el subsuelo, anexos al Departamento de Diagnóstico e Imágenes. La idea es que la paciente no sólo no tenga que ir a otro lugar o localidad para hacerse los estudios, sino que, además, ni siquiera deberá deambular dentro del mismo HUA.

Además de los nuevos consultorios, el Centro contará con aparatología de última generación. Entre otras cosas, se compró un “Mammotome” (para realizar las biopsias) y un ecógrafo, que se suma a los dos que ya tiene el Hospital.

La atención será de lunes a viernes –mañana y tarde– y estará en manos de unos 15 especialistas (entre cirujanos mastólogos, radiólogos, oncólogos

clínicos, médicos nucleares, patólogos y fisiatras). ¿Cuántas mujeres estiman que van a poder atender? “En este momento, cada uno de los especialistas del hospital está viendo unas 10 pacientes por día, unas 60 por semana. Creo que en los comienzos, el Centro incrementará el número al menos a 100 pacientes por semana”, señala Mc Lean.

### Consejos de expertos

McLean destaca la importancia de que la mujer tome conciencia de lo común que es el cáncer de mama y de qué forma puede prevenirse. “A partir de los 35 años, les aconsejamos que se hagan un control mamario clínico y radiográfico. Y que tengan en cuenta que aquellas cuyas madres, hermanas o algún familiar directo hayan tenido cáncer de mama están dentro del grupo de riesgo. Una de las patologías más frecuentes que encontramos son lesiones no palpables, o sea, descubrimientos que hacemos con las radiografías y que en un 25% obedecen a un pequeño carcinoma que se está formando. Queremos llegar a las lesiones no palpables, porque sabemos que cuanto más rápido sea el diagnóstico y empezemos el tratamiento, menor será la cirugía que debemos hacer. Y mejor será el pronóstico”, enfatiza Mc Lean. Por eso asegura que el autoexamen de mamas es importante, pero que no alcanza.

Aunque ya empiezan a ser rutina, todavía muchas mujeres desconocen cuál es la diferencia entre una mamografía y una ecografía mamaria. Mc Lean la explica: “Con la mamografía, puede verse toda la estructura de la mama y detectar si hay alteraciones en la superficie de la piel, si hay retracciones o engrosamiento, si hay zonas más densas del tejido mamario y si esas zonas son de aspecto nodular. Pero hay mamas –continuó– que

son muy densas. En esos casos, la ecografía es un componente muy importante, porque nos permite ver pequeñas lesiones que, de otra manera, no detectaríamos. Al mismo tiempo, nos permite saber si un nódulo que vemos en la radiografía es sólido o líquido y qué tamaño tiene. Son estudios complementarios”.

### Idea con historia

“Yo estoy trabajando en el Hospital Universitario Austral desde los comienzos, en el año 1999, cuando nos trasladamos con la Facultad de Medicina. Pero tengo este proyecto

de hospital en mente desde hace más de 30 años”, destacó Mc Lean, quien pasó más de 40 años como Jefe del Servicio de Patología Mamaria del Hospital Británico. “En la década de los setenta, con un grupo de colegas, quisimos hacer algo similar, pero no disponíamos del lugar de excelencia que tenemos en este momento, donde podemos estar todos reunidos y trabajar en forma full time”, explicó el especialista. Y concluyó: “Hoy podemos decir que tenemos todo lo que necesitamos para desarrollar este gran proyecto que imaginábamos entonces. Ya no es un sueño, sino una realidad”. ♦



### Factores de riesgo

Aunque las causas exactas del cáncer de mama no se conocen, se han identificado varios factores de riesgo que aumentan las posibilidades de padecerlo. Entre ellos:

- Historia familiar de cáncer de mama.
- La edad: el 78% de todas las pacientes que lo padecen tienen 50 años o más.
- Haber dado de mamar por primera vez después de los 30.
- Estilos de vida que incluyan consumo elevado de alcohol o una dieta rica en grasas.
- Niveles hormonales elevados (por ejemplo, por la terapia de reemplazo hormonal).

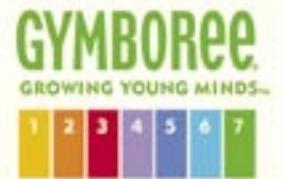
Fuente: OMS.



**EL PROGRAMA MUNDIAL**  
*líder en desarrollo infantil*  
**ABRIÓ SUS PUERTAS EN LA ARGENTINA**

**ANUNCIAMOS LA APERTURA DE NUESTRO CENTRO  
 GYMBOREE PLAY & MUSIC EN PILAR**

Hace más de 30 años que Gymboree Play & Music es reconocido como el líder mundial en programas de desarrollo infantil para niños de 0 a 5 años. Ya abrimos nuestras puertas muy cerca tuyo. Para solicitar una clase de prueba sin cargo, visítanos en nuestro nuevo local, y enterate porque las familias del mundo adoran el Programa de Estimulación Gymboree. Para más información visitá nuestro sitio en internet [www.gymboree.com.ar](http://www.gymboree.com.ar)



**GYMBOREE PILAR (PASEO PILAR SHOPPING) – 1º PISO- LOC 9  
 PANAMERICANA KM 44- RAMAL PILAR  
 TEL: 02320-657357/ 58 GYMBOREE@GYMBOREE.COM.AR**

**NOMBRANDO ESTE  
 AVISO MATRÍCULA  
 SIN CARGO**



- Limpieza integral
- Mantenimiento de Plantas Industriales
- Limpieza de Alfombras - Limpieza de Vidrios en Altura
- Desinfección - Desinsectación y Desratización
- Personal Capacitado: Servicio de Jerarquía
- Productos de Calidad - Reducción de Costos
- Tecnología de Avanzada

[servilimp@ciudad.com.ar](mailto:servilimp@ciudad.com.ar) / Doblas (1424) Cap. Fed.

**4921 - 6049 / 4924 - 8478**



**GRAPEFRUIT • ORANGE • LEMON • GRAPES**



Paraguay, 609 piso 3º, Of. E. (C1057AAG) Buenos Aires, Argentina  
 Tel.: 5411 4315 0990 • Fax: 5411 4311 4567  
[citrusalta@citrusalta.com.ar](mailto:citrusalta@citrusalta.com.ar)

UN PROYECTO QUE YA CUMPLIÓ 4 AÑOS

# Acortando distancias

Pilar Solidario es un proyecto integral de promoción social que lleva adelante la Asociación Promotora de la Educación y el Deporte (APRED), con la ayuda de varias instituciones como el Colegio Los Molinos y la Universidad Austral, a través del Hospital Universitario, la Facultad de Ciencias Biomédicas, el IAE y sus demás unidades académicas.





**P**ilar Solidario surgió como una iniciativa de personas que vivían en la zona y no eran indiferentes a los contrastes propios del lugar. Junto a un hospital, una universidad y colegios con una infraestructura a la altura del Primer Mundo había, en los alrededores, barrios en los cuales las necesidades básicas no estaban satisfechas. Caminos de tierra, falta de agua potable y todo tipo de enfermedades. No tardó en surgir la necesidad común de hacer algo por la comunidad más próxima.

**Desde el comienzo, estuvo claro que la dirección por seguir no sería la del asistencialismo, sino la promoción de la educación, el trabajo, el deporte y la salud.**

“Quisimos hacer algo por aquella comunidad más cercana, nuestro prójimo más próximo”, dice **María Susana Urrutia de Pon-**

**tarolo**, coordinadora de Pilar Solidario, haciendo referencia a los barrios Las Lilas y Monterrey.

**Catalina Velasco Suárez**, profesora en la Facultad de Ciencias Biomédicas, agrega: “Hay que tener claro que la realidad de Pilar y la de todo el país no es una sola. Los futuros médicos y enfermeros van a tener que ayudar a la gente y, para ello, no pueden vivir en una burbuja.”

Entonces, desde el primer año de la carrera, comenzaron a recorrer los barrios de la zona para comprobar que la realidad era muy distinta. “Cuando el decano, Marcelo Villar, nos propuso a la profesora Claudia Lascano y a mí la idea de trabajar en Pilar Solidario, nos pareció fantástico que la Facultad y la Universidad tuvieran una iniciativa solidaria en concreto”, dice Catalina.

Ya pasaron cuatro años desde ese entonces. Hoy Pilar Solidario es una realidad para los 75 chicos que acuden a la escuela deportiva y a las clases de apoyo escolar, como también para las 50 familias que lentamente se fueron sumando a este proyecto. Así, las distancias se achicaron poco a poco, pero siempre con el paso firme y la intención de unir el enorme potencial de instituciones como el Hospital y la Universidad Austral, el IAE y el Colegio Los Molinos para aportar algo a la comunidad en la que están insertos.

### **Los primeros pasos**

El primer gran aporte vino de la mano del colegio Los Molinos, que cedió 5 hectáreas de su campo de deportes. Allí, a fuerza de donaciones y de mucho trabajo del equipo promotor, se logró construir una casita donde hoy funcionan las distintas actividades. “La colaboración de las familias del barrio en esta tarea

hizo que asumieran el espacio como propio, como algo que les pertenece”, recuerda Catalina.

Desde el comienzo, estuvo claro que la dirección por seguir no sería el asistencialismo, sino la promoción de cuatro pilares: la educación, el trabajo, el deporte y la salud. El deporte era claramente la mejor manera de llegar a los chicos y así surgió el primer proyecto: la escuelita de fútbol. Con profesores contratados, se incorporaron el *softball*, y el voleibol para las chicas.

Paralelamente los voluntarios, en su gran mayoría estudiantes de Medicina y Enfermería, comenzaron a fomentar en los chicos los hábitos de lectura e higiene personal, con la seguridad de que así trabajaban indirectamente con las familias que, de a poco, se irían acercando. “Esa es la manera de influir, primero con los hábitos en el apoyo escolar y después con los hábitos de trabajo, salud e higiene a través de los talleres. Básicamente esto es educar”, cuenta Susana.

Todo esto no hubiera sido posible sin las donaciones particulares y el aporte de empresas como el Deutsche Bank, el Bank Boston, el Rabobank, entre otras, quienes hasta hoy contribuyen con lo necesario para sostener las actividades que se realizan. Sin duda, la colaboración de la Facultad de Ciencias Biomédicas marcó la diferencia. Desde el principio, tomó el proyecto como propio, aportando profesores y voluntarios de ambas escuelas, Enfermería y Medicina, quienes al co-

mienzo realizaron un mapeo y diagnóstico de situación para luego pasar a la planificación de los proyectos. Luego dictaron talleres a los padres que se comprometieron para ser agentes comunitarios de salud, sin ser médicos. “Todo esto fue como sembrar el terreno para poder comenzar con la posta sanitaria de salud”, agrega Catalina.

### Las metas

Los distintos proyectos que se llevan adelante en Pilar Solidario surgieron a partir de los datos que se desprendían de la realidad. Uno de ellos fue la necesidad de instalar una posta sanitaria, que comenzará a funcionar próximamente.

Por otra parte, en agosto comienza una nueva modalidad de apoyo escolar para los alumnos entre 12 y 15 años: la alternancia. Esta actividad incluye el apoyo escolar tres veces por semana y la participación en diferentes talleres: huerta, peluquería, primeros auxilios, artesanías y cocina. Su objetivo primordial es promover el saber, la

## Pensando en cada necesidad

El Proyecto Pilar Solidario es llevado adelante por la sede Pilar de la Asociación Promotora de la Educación y el Deporte (APRED). Este proyecto consta de distintas actividades, orientadas a satisfacer las necesidades de los diferentes segmentos de la población destinataria:

- Escuela deportiva para chicos y chicas de 8 a 14 años.
- Apoyo escolar, para chicos de 4 a 17 años.
- Curso “Aprendiendo a Trabajar Bien”, para mujeres de 15 a 60 años, que funciona en la Casa Solidaria de Derqui.
- Educación para la Salud para padres y niños. Se dictan clases sobre primeros auxilios, nutrición e higiene personal.
- Escuela de Jardinería. Incluye cursos de “Mantenimiento de Espacios Verdes”, arboricultura y paisajismo.
- Catequisis. Funciona los sábados a la tarde para que los chicos puedan bautizarse o tomar la comunión.
- Talleres de huertas, mecánica y arreglo de bicicletas.
- Atención Primaria de la Salud (por comenzar).

“Quisimos hacer algo por nuestro prójimo más próximo”, dice Susana Urrutia.





cultura del trabajo, la creatividad, la iniciativa y el pensamiento crítico.

“Sentimos que esta actividad es necesaria. Si nosotros no retenemos a los chicos a esa edad, tampoco los retendrá la educación formal y, entonces, los gana la calle. Los perdemos”, opina Susana, mientras que Catalina agrega: “La intención es abrirles horizontes, despertar-

los para que sepan cuáles son sus intereses. Tal vez, en el arreglo de bicicletas, descubren que les fascina la mecánica y encuentran su lugar en el mundo a través de estos oficios tan valiosos”.

De eso se trata: abrir horizontes a los adolescentes y fomentar la cultura del trabajo y el esfuerzo. “En un mediano plazo –comenta Susana–, el

objetivo es complementar estas actividades con las pasantías laborales.”

Por otro lado, sería ideal que cada actividad tuviera un equipo de auspiciantes y fuera apadrinada por una institución o un grupo de gente. “Así podríamos convertirnos en una escuela que tenga salida en oficios. Creemos que es una necesidad importante de la zona, en donde hace falta mano de obra, gente capacitada”, dice Susana, como si soñara un sueño que no parece imposible, luego de mirar hacia atrás y apreciar el camino ya recorrido. Pero volviendo la mirada hacia adelante, un comentario de Catalina lo resume todo: “Necesitamos que cada uno aporte su grano de arena y se pongan la camiseta de Pilar Solidario. Pero lo más importante es que sepan que este trabajo dignifica y permite crecer humanamente”. ♦

www.hostal-azul.com



Si viene a Pilar por  
*placer,*  
*negocios,*  
*estudio,*  
*cuestiones médicas,*  
no dude en elegirnos...

Hostal Azul, un pequeño paraíso  
a minutos del Hospital Austral.



Av. Presidente Perón esquina Alemania.  
(1635) Pilar, Pcia. de Buenos Aires, Argentina.

Tel/Fax: (02322) - 488751 / 2.  
e-mail / MSN: reservas@hostal-azul.com

casatiliseno.com.ar

# Tras las huellas del dolor

Generalmente, logramos adjudicar a cada dolor que sentimos, un origen. Sin embargo, existe un tipo de sufrimiento crónico que no es consecuencia directa de alguna enfermedad o lesión. El doctor Marcelo Villar, a cargo del equipo de investigación del HUA y de la Facultad de Ciencias Biomédicas, estudia esta dimensión intrigante del dolor.

Un dolor puede instalarse en el cuerpo durante años sin explicación física alguna para la Medicina. Se trata de “recuerdos” de una lesión que el sistema nervioso guardaría por error, un proceso que recién comienza a conocerse y a estudiarse.

“El dolor tiene una fuerza en el ser humano que trasciende lo biológico: una cosa es el dolor que se produce por un trauma específico y otra, el sufrimiento. Muchas veces, el dolor deriva en el sufrimiento, que es lo que le da una connotación muy humana”, señala el doctor Marcelo Villar, decano de la Facultad

de Ciencias Biomédicas de la Universidad Austral (UA) e investigador principal del Conicet.

Desde hace casi 20 años, el origen del dolor es investigado en el Laboratorio de Neurobiología de la UA, que dirige el doctor Villar. Allí, una parte del equipo de 20 científicos con dedicación exclusiva ocupa su tiempo en este tema. Buscan comprender el mecanismo por el cual el 10% de la población sufre un tipo de dolor que le impide hacer cualquier tipo de actividad, como trabajar o comer. Es el dolor llamado *neuropático*.



“El dolor puede ser agudo, como cuando sufrimos un golpe, un pinchazo o una cortadura, y ocurre para protegernos, ya que hace que uno retire su mano de una fuente eléctrica, del agua hirviendo o de una plancha encendida. Es el que nos hace permanecer en reposo para que se restaure la fisiología normal del organismo y desaparezca el dolor”, explica Villar. “Pero existe otro tipo de dolor, el neuropático, que se vuelve persistente y que se instala de manera crónica una vez que pasó el trauma inicial. Esto es lo que estudiamos.”

**El dolor neuropático no se origina por una causa externa, como un corte, sino por una alteración en el sistema nervioso. Por eso, hasta ahora no puede ser tratado adecuadamente.**

El equipo de trabajo del Laboratorio de Neurobiología ha salido mencionado recientemente en las revistas científicas internacionales más prestigiosas, como *Neuroscience*

y *Brain Research*. Sigue su camino en el estudio de un tipo de moléculas que lograron identificar y que están presentes en los nervios periféricos y en las neuronas que dan origen a esos nervios. El equipo cree que ahí está una explicación de ese dolor crónico.

Para ello, los investigadores de la UA se unieron con otros dos equipos de trabajo en la Argentina y en Suecia. Junto con científicos del Instituto de Química y Físicoquímica Biológicas de la Facultad de Farmacia y Bioquímica de la Universidad de Buenos Aires (UBA), y del Kalorinska Institutet, en Estocolmo, analizan cómo

las ratas responden al dolor causado, por ejemplo, por la compresión o la lesión del nervio ciático. Así logran conocer cómo varía la reacción de las moléculas estudiadas en las neuronas que conducen la sensibilidad hacia el sistema nervioso.

“Hace unos años, logramos describir la actividad de un conjunto de moléculas que tienen un rol inhibitorio del dolor”, comenta Villar. “Aparentemente, ese rol es una respuesta del sistema nervioso frente a una lesión que

incrementa el poder de esas moléculas para evitar la sensibilidad dolorosa. Es decir, se trataría de un mecanismo natural de defensa.”

## Nebulosa clínica

El dolor neuropático no se origina por una causa externa como un corte o una quemadura, sino que ocurre por una alteración en el sistema nervioso. Por eso, hasta ahora la Medicina no puede tratarlo adecuadamente.

“Esto ha sido un tema muy esquivo para la ciencia médica y, durante muchos años, ese dolor era una especie de nebulosa”, puntualiza el neurobiólogo. “Lo interesante del dolor neuropático es que los tratamientos que son útiles contra el dolor agudo (tradicional) son muy erráticos o no funcionan contra este dolor crónico.”

Entre las enfermedades que suelen estar acompañadas de esa sensación altamente discapacitante, están la diabetes, el sida, los tumores, la compresión neural frecuente en los adultos mayores (como el síndrome del túnel carpiano) o el dolor lumbar. Es un dolor que paraliza, para el que no existen tratamientos específicos y por el que muchas personas consultan al médico y piden días de licencia en el trabajo para descansar.



## Un trío terrible

En las personas que lo sufren, el dolor persistente o crónico suele causar depresión e irritabilidad. La unión de ambas genera insomnio y agotamiento, lo que sólo agrava el problema inicial en un círculo vicioso que causa mayor irritabilidad, depresión y dolor. A esa coincidencia de síntomas físicos y psicológicos (sufrimiento, tristeza e insomnio), se la conoce como “trío terrible”. El impulso desesperado de calmar el dolor que lo origina puede provocar adicción a ciertos fármacos o llevar a someterse a tratamientos cuestionables.



**El doctor Villar, junto con su equipo, investiga el origen del sufrimiento.**

“Nos parece que el acceso al conocimiento de ese conjunto de moléculas del sistema nervioso periférico que estudiamos puede ser una vía muy interesante para diseñar nuevas terapias contra el dolor neuropático”, insiste Villar.

En 2002, los investigadores diseñaron un modelo animal de dolor neuropático. Trabajaron con compresiones nerviosas graduales. “Según cómo comprimimos el nervio, las moléculas responden y observamos que existe una relación directa entre ambos”, agrega el científico. Así fue como identificaron la actividad excitatoria e inhibitoria de esas moléculas sobre las neuronas y la transmisión del dolor.

“Lo que postulamos hace años es que disminuyendo las moléculas excitatorias el sistema de alguna manera se calma, mientras que al aumentar las moléculas inhibitorias se permite bloquear los impulsos dolorosos desde la periferia”, resume Villar al

hablar de la línea de investigación que impulsa al equipo a seguir adelante.

La interacción con los científicos dirigidos por la doctora Patricia Setton-Avruj, del Instituto de Química y Físicoquímica Biológicas de la UBA, permitió estudiar ese proceso en el nervio periférico. En tanto, con los investigadores del Karolinska Institutet, lo analizaron en las neuronas. “Vimos que cuando comprimimos un nervio, se producen cambios en las moléculas que, después de un tiempo, restablecen su estado normal, destacó Villar.

Ahora, el equipo internacional comenzó a trabajar con células madre, es decir, aquellas a las que se les atribuye la capacidad de generar nuevas células neuronales, hepáticas, musculares, cardíacas y óseas. Según observaron, cada vez que se produce una lesión en el sistema nervioso de las ratas, por algún motivo se produce una invasión de ese tipo de células desde la médula ósea al

área afectada para aminorar el dolor.

Tomamos células madre de la médula ósea de unas ratas y las inyectamos en otras ratas para aumentar su capacidad y restaurar rápidamente el nivel normal de las moléculas después de una lesión. Al hacerles las pruebas de conducta, observamos que esos animales mejoran de su hipersensibilidad al dolor, comentó el científico sobre un camino cada vez más claro para modificar el origen del dolor crónico.

Con pequeños pasos, van develando el origen de uno de los enigmas de la Medicina y del hombre: un dolor inexplicable y crónico.

Aunque las responsabilidades del decanato le restan tiempo para hacer ciencia, según confiesa, Villar no abandona lo que más le apasiona: el trabajo de laboratorio con investigadores y becarios que se ocupan de las líneas de investigación en hepatología, sistema visual, y dolor y regeneración neural. ♦



## Para los más chicos

Freddo, la empresa de elaboración y venta de helados artesanales, presenta el "Cucuchoco": una nueva propuesta para los más chiquitos. Esta nueva opción se trata de un cucurucho elaborado a base de cacao y cuenta, además, con un baño de chocolate en el borde. El "Cucuchoco" se prepara relleno con divertidísimos mini M&M; esto lo hace aún más atractivo para los niños, que se sorprenden cuando terminan de tomar su helado.

## Paisajismo solidario en el HUA

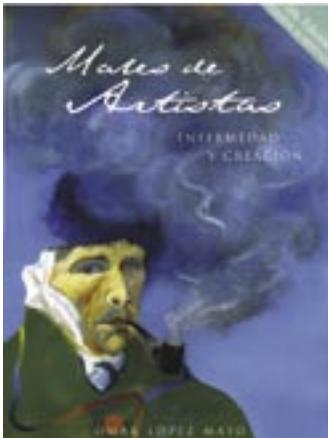
El 5 de octubre se realizará un "Simposio de Paisajismo Argentino", en el auditorio ubicado en el Hospital Universitario Austral, a beneficio de las obras solidarias que realiza la Fundación ProSalud en la zona de Pilar.

El evento contará con la participación de distinguidos disertantes, como la paisajista Cristina Le Mehauté, el arquitecto Jorge Garino, el ingeniero agrónomo Eduardo Stafforini y la paisajista María Luján Puglia, que expondrán sobre diversos aspectos del paisajismo natural de nuestro país.

El evento está destinado a todos los apasionados del jardín, paisajistas y arquitectos. El cupo es limitado. Informes e inscripción: (02322) 482932 o [fundacionprosalud@cas.austral.edu.ar](mailto:fundacionprosalud@cas.austral.edu.ar)

## Vacuna para la varicela

La varicela es una enfermedad infantil cuya máxima incidencia se advierte a finales del invierno y comienzos de la primavera. Si bien se la considera una enfermedad benigna y común en la infancia, puede ocasionar complicaciones serias. La única forma de prevenirla es la vacunación, recomendada para las personas susceptibles –es decir, que no hayan tenido la enfermedad–, a partir de los 12 meses de edad, en una sola dosis. La vacuna administrada dentro de los tres días posteriores a la exposición puede prevenir la enfermedad clínica.



## Enfermedad y creación

Tras el éxito de la primera edición en 2003, el médico oftalmólogo Omar López Mato lanzó la segunda edición de su obra **Males de artista** (Olmo Ediciones), que tiene como eje la enfermedad y su influencia sobre la capacidad creadora, uno de los temas más apasionantes de la mente humana. Las historias de Munch, Miró y Mozart se deslizan por las páginas de este libro, que rescata una perspectiva a veces olvidada, muchas ignorada y otras exagerada: la enfermedad como catalizadora del proceso creativo.



## Un premio para la familia

La Liga de Madres de Familia hizo entrega del premio Santa Clara de Asís a la revista **Hacer familia**, como mejor publicación del año 2006. Editada por Sembrar Valores, Asociación Civil sin Fines de Lucro, tiene como misión difundir los valores que hoy reclama nuestra sociedad, que son los que nacen y se desarrollan en la familia. Más información, en [www.hacerfamilia.com.ar](http://www.hacerfamilia.com.ar)



## Tierra de frías leyendas

La hostería Tierra de Leyendas, miembro de RUSTICAE "Pequeños Hoteles con Carácter" ofrece una propuesta única: un ski week en la Patagonia Austral. El paquete incluye 7 noches de alojamiento en las habitaciones con vista al Canal de Beagle o a la Cordillera de los Andes, transfer in-out al aeropuerto, transfer al cerro Castor, desayuno artesanal Buffet, copa de bienvenida, chocolate caliente todas las tardes, 1 hora de ski nórdico en el Centro invernal Haruwen e impuestos. Reservas al (02901) 443565 o a [info@tierradeleyendas.com.ar](mailto:info@tierradeleyendas.com.ar).

## GUARDIAS

# Emergencias, 24 horas en acción

El Servicio de Emergencias del Hospital Universitario Austral recibe a más de 10.000 pacientes por mes. ¿Cómo se mantiene la eficiencia en el servicio dentro de un área con requerimientos tan urgentes?

Un accidente con el auto, una caída, falta de aire o síntomas de gripe: todas son razones para acudir a una guardia. Las problemáticas son muchas y diversas, por lo que la eficiencia del servicio de emergencias es indispensable.

Actualmente, los médicos de guardia del Hospital Universitario Austral atienden a más de 360

pacientes por día, provenientes de Pilar, Escobar, Capilla del Señor, Fátima, Manzanares, San Miguel, José C. Paz, Luján.... La lista podría seguir; de hecho, la cantidad de pacientes no deja de aumentar. “Estamos cerca de las 11.000 consultas mensuales”, cuenta el **Dr. Pablo Pratesi**, jefe del Servicio de Emergencias.

El servicio crece y, con él, se mantiene la calidad en la atención, con personal calificado y un alto grado de sistematización en las tareas.

### **Siempre disponible**

El servicio de Emergencias funciona de lunes a lunes, las 24 horas del día, los 365 días del año. Los problemas de los pacientes son di-



**El trabajo en equipo, la fortaleza del servicio de emergencias del HUA.**

versos, por lo que se hace necesario un plantel de médicos con diferentes especialidades: clínica, pediatría, traumatología, cirugía y oftalmología. Además, hay un obstetra de guardia que, si bien no trabaja en el servicio de Emergencias, ve a las pacientes que lo necesitan. A su vez, hay un cirujano plástico y un otorrinolaringólogo, ambos de guardia pasiva, y un ecografista de guardia, que depende del Departamento de Diagnóstico e Imágenes.

Los horarios pico del servicio de emergencias son entre las 15 y las 17, hora de salida de los colegios. El público adulto se concentra entre las 19 y las 20, y se mantiene hasta la 1 de la mañana. Luego, durante la noche, la cantidad de consultas baja.

**Los horarios pico del servicio de emergencias son entre las 15 y las 17, hora de salida de los colegios. El público adulto se concentra entre las 19 y las 20, y se mantiene hasta la 1 de la mañana.**

En promedio, llega un paciente cada media hora.

Un dato importante es que en el Hospital Universitario Austral los médicos no hacen guardias de todo un día. Si bien la atención se mantiene durante las 24 horas, los profesionales no trabajan más de 12, sino que tienen turnos rotativos. “Así, el médico que llega de noche está fresco para atender a sus pacientes”, señala el Dr. Pratesi.

### Tras la eficiencia

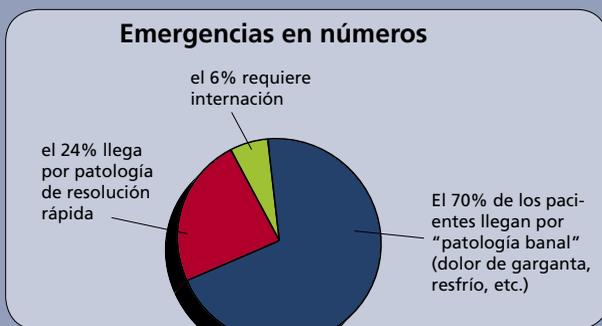
Dentro de un sector tan demandado como es el servicio de guardia, resulta indispensable que la cantidad de médicos sea la suficiente como para atender a los pacientes de forma adecuada. “También es importante

que el médico tenga la preparación adecuada como para saber qué es la patología que ve habitualmente en un departamento de emergencias. Siempre debe

pensar en qué es de más riesgo para el paciente y, entonces, buscar lo grave”, señala el Dr. Pratesi. “Si lo grave se descarta y quedan patologías menos complejas, de consultorio, el médico debe tratarlas y dar pautas de alarma”. En este sentido, el Dr. Pratesi destaca que nunca hay que ser terminante: “No se puede decir ‘usted no tiene nada’, porque la medicina no es una ciencia exacta. Es muy importante darle al paciente las pautas de alarma y que tenga la posibilidad de volver a consultar”.

Otro punto clave en la eficiencia del servicio médico es la sistematización. “Nosotros atendemos pacientes con paros cardíacos, con convulsiones, con traumatismos graves, con heridas penetrantes o con infartos”, apunta el Dr. Pratesi. “Por eso, utilizar normativas de acción para las distintas patologías permite sistematizar el trabajo, que uno haga las cosas siguiendo un procedimiento y pueda medir lo que está haciendo”.

En cuanto a la atención de los pacientes, una



normativa es que siempre se atenderá primero a los pacientes de gravedad, ya que requieren atención instantánea. “El servicio de emergencias se basa en el concepto de categorizar a los pacientes”, explica el Dr. Pratesi. “No se ve al paciente que llegó primero, sino al que está más grave”.

### Trabajo en equipo

Claro que más allá de cualquier clave para la excelencia, nada sería posible sin el trabajo en equipo. “La principal función asistencial la cumplen los médicos de *staff*, dentro de la planta de emergencia”, destaca el Jefe del Servicio de Emergencias. A su vez, la coordinación con Enfermería también es indispensable, ya que muchos pacientes requieren de su tratamiento. Actualmente, el

servicio de Emergencias cuenta con tres enfermeros por turno.

### Seguir creciendo

El volumen de pacientes del Servicio de Emergencias crece constantemente. Esto plantea el rediseño y redimensionamiento del servicio. “Vamos a aumentar en un 100% la capacidad de la guardia”, cuenta el Dr. Pratesi.

El proyecto está pensado para cuando el 5° piso del Hospital Universitario Austral, destinado a pediatría, esté terminado. “Después de eso, una vez que tomemos un envión de nuevo, empezar la reconstrucción del servicio de emergencias, para poder dar atención con calidad a la cantidad de gente que estamos recibiendo, que crece mes a mes”. ♦



**“Es muy importante darle al paciente las pautas de alarma y que tenga la posibilidad de volver a consultar”, dice el Dr. Pratesi.**

### ¿Por qué acudir?

Frente a algunos dolores, mareos u otros problemas, muchos suelen evitar la visita al médico. Sin embargo, la consulta con un especialista es importante, para evitar problemas futuros. “La sensación de falta de aire, el dolor de pecho, las palpitaciones, la sensación de hormigueo, o de estar mareado y no poder tenerse de pie son motivos por los que la gente tiene que venir al departamento de Emergencias, para poder descartar que no tenga algo grave”, indica el Dr. Pratesi. Si bien es muy común que los pacientes vengan por síntomas de este tipo y se vayan con un cuadro más simple, es fundamental descartar que se trate de un problema grave.

Otras consultas se deben a choques con el auto, pues el hospital se encuentra en una zona cercana a autopistas. En este caso, si uno sufrió un impacto importante, esto es, si iba a más de 50 Km/h, debe consultar a un especialista inmediatamente para confirmar que no tenga heridas internas. “Cuanto antes podamos actuar sobre estas patologías, menor será el impacto”, explica el Dr. Pratesi. “Hay lesiones que no se ponen en evidencia en el momento, pero que son graves”.



**Klasse** el futuro de "su" automóvil

Avda. Francisco Beiró 4420 - Ciudad de Buenos Aires - Tel.: 4502-0500

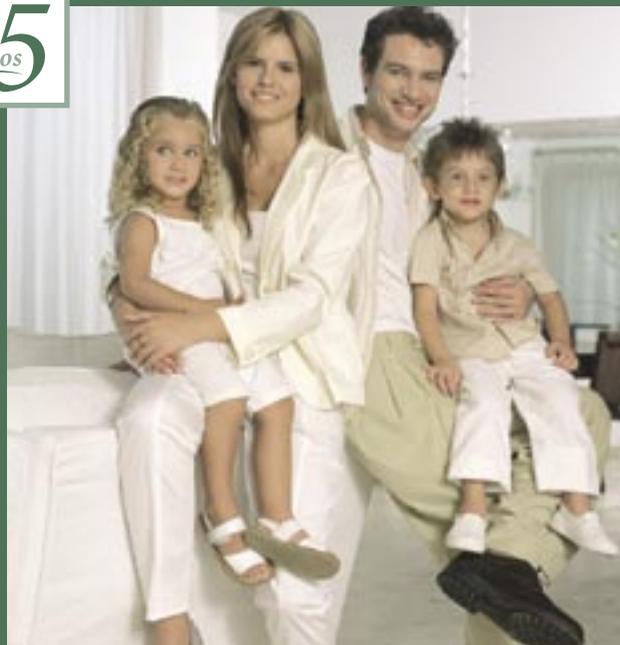


**SERVESALUD**

*Un bien de familia*

**Sentirse bien, disfrutar tranquilo, con amigos y en familia.  
Servosalud, un bien de familia.**

**35**  
años



**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@servosalud.com.ar - www.servosalud.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

# El cuidado de la persona que sufre

En la Unidad de Trasplantes del HUA, el grupo de enfermeros que cuida a los pacientes con cáncer se encarga no sólo de atenderlos en todas sus necesidades, sino de educarlos para prevenir las consecuencias del tratamiento. Además de contenerlos a ellos y a sus familias, los ayudan a encontrar el sentido del dolor y a mantener viva la esperanza.

“ El enfermero no sólo se ocupa de los cuidados del cuerpo del paciente oncológico, sino también de los cuidados del alma”. Así describe la Licenciada en Enfermería **María Von Stecher** su trabajo en la Unidad de Trasplante de Médula Ósea del Hospital Universitario Austral.

Al igual que la Medicina en general, la Enfermería ha sufrido una gran transformación en las últimas décadas, que la llevaron de un modelo centrado en el médico hacia uno centrado en el paciente.

Esta proximidad entre enfermero y quien recibe su atención permitió que se generaran planes de cuidado y esquemas de administración centrados en el verdadero protagonista: el enfermo.

El principal compromiso de un enfermero es cuidar al ser humano que sufre, acompañarlo y contenerlo. Y esto se vuelve mucho más importante y necesario en aquel caso en el que el paciente esté **atravesando un proceso**

de muerte inevitable. Por eso, **Margarita Cayo**, una de enfermeras de este equipo, destaca la necesidad de “valorar” al paciente oncológico, y de “decirle siempre la verdad”. “Hay que brindar una atención integral al paciente y a su familia, asistiéndolos en los distintos procesos de la enfermedad”, señala Margarita, quien trabaja en el área pediátrica de la Unidad de Trasplante.

## El rol de la familia

“Se trabaja tanto con el paciente como con la familia. La persona es un todo, y dentro de ese todo, está la familia, las relaciones que unen a sus miembros y el tipo de



## El enfermero realiza un cuidado integral del paciente, sin olvidar la prevención y la educación.

sostén que reciben. La familia vive y acompaña el proceso desde adentro, además de tener un rol importantísimo en el cuidado del paciente. Muchas veces, algún integrante de la familia funciona como nuestros ojos y oídos, y nos informa de cosas que nosotros no sabíamos o a las cuales no tendríamos acceso si no fuera por ellos”, añade María, quien se recibió de enfermera hace cuatro años y medio en la Facultad de Ciencias Biomédicas.

De esta forma, la relación del paciente –y por añadidura, su familia– con el enfermero se vuelve muy estrecha. Los tiempos de internación generalmente son largos y muchas veces recurrentes, por lo que se crea un clima de confianza que acompaña a la relación profesional.

Con el paso del tiempo, los enfermeros observan cómo los

logros y traspiés de sus pacientes se viven en carne propia. Para cada enfermero, cada paciente es especial y, para cada paciente, todos los enfermeros que lo atienden son de algún modo especiales por el tipo de impronta que cada personalidad le pone a su cuidado y acompañamiento.

“Se trata de personas que de un día para otro tienen que hacer propio un diagnóstico médico, que los asusta y enfrenta con su propia limitación. También implica un tratamiento intensivo”, destaca la Lic. María Von Stecher. “El enfermero no sólo se ocupa de los cuidados del cuerpo, de aquellos que tienen que ver con todo lo que la persona no puede hacer por sí misma; y de aquellos cuidados relacionados con las indicaciones médicas, sino también de los cuidados del alma. Todo lo que está relacionado con la contención, con la escucha activa, con el acompañar en los procesos de las personas...”.

En otras palabras, el enfermero realiza un cuidado integral del paciente, que considere a la persona como un todo, sin descuidar esas actividades que tienen que ver con la prevención y la educación. “La educación al paciente ocupa un lugar muy importante en los cuidados para tener en cuenta con un enfermo oncológico, ya que las repercusiones de su tratamiento son infinitas y requieren de mucho seguimiento, tanto durante la hospitalización como en el hogar”, manifiesta María.

### Fuentes de vida

“Es importante también tratar de conocer a las personas que cuidamos. De esta manera, aprendemos sus gustos, sus preferencias, sus miedos y priorizar las actividades que para ellos constituyen fuentes de vida”, agrega la Lic. Von Stecher.

Los enfermeros saben que el sufrimiento es un aprendizaje que aporta un gran crecimiento. Entre las necesidades básicas de la persona, es esencial facilitar la atención espiritual y ayudar a morir bien, cuando la ciencia ha agotado su arsenal terapéutico. ♦



### En equipo, somos más

Una fluida comunicación entre el grupo de enfermeros y el resto de los integrantes del equipo de salud es esencial en esta búsqueda de mejorar el cuidado a los pacientes que padecen cáncer. “En la Unidad de Trasplante de Médula Ósea del HUA, se trabaja de manera muy estrecha con el equipo médico, tanto con los hematólogos como con los clínicos que realizan el seguimiento diario del paciente”, concluye la Lic. María Von Stecher. “Somos un equipo en el que también participan otros profesionales de la salud y estamos conscientes de que trabajar en conjunto es la única forma de encarar el tratamiento de estos pacientes”.

# Un verdadero trabajo en equipo

La Clínica Interdisciplinaria de Niños con Síndrome de Down del HUA cuenta con un equipo de profesionales de distintas disciplinas para contener a las familias y acompañarlas en este nuevo aprendizaje.



Si es cierto aquello de que para muestra vale un botón, la historia de **María Belén Colautti** es un excelente ejemplo para ilustrar la atención humana y profesional que es capaz de brindar el Hospital Universitario Austral con la familia de un chico con Síndrome de Down.

Abrumados por la necesidad de procesar ese primer impacto de la noticia y desbordados por la información, consejos y sugerencias que aportaban sus amigos y familiares, los Colautti encontraron en los profesionales del HUA un equilibrio justo. “Los médicos y las enfermeras del HUA tienen experiencia en situaciones como la nuestra y en una primera instancia se acercaron a conversar de lo humano y no de lo técnico”, cuenta Estela Álvarez Costa de Colautti, la mamá de María Belén, la tercera de cuatro hijos del matrimonio que nació hace tres años con Síndrome de Down.

La necesidad de trabajar con una visión moderna sobre la atención sanitaria de estos chicos, que incluya previsiones en el campo de la asistencia, la educación, la integración y del desarrollo, fue determinante a la hora de crear la Clínica Interdisciplinaria de Niños con Síndrome de Down en el Hospital Universitario Austral.

“Creemos que la familia, la estimulación y el buen accionar médico ayudarán a despertar el desarrollo”, explicó el coordinador de la clínica interdisciplinaria, el pediatra **Fernando Burgos**.

**Se estima que de cada 450 chicos que vienen al mundo, uno nace con Síndrome de Down.**



**La familia de los pacientes recibe la contención del equipo médico.**

Además de ser el jefe del Área Ambulatoria de Pediatría del HUA, Burgos es coordinador de emergencias pediátricas y docente de la cátedra de Pediatría de la Facultad de Ciencias Biomédicas de la Universidad Austral.

### **Aprender todos juntos**

En un comienzo, el trabajo de los profesionales comenzó con charlas para padres junto con la licenciada en Kinesiología, Gabriela Pellizzari. Después de unos años, y como extensión de las actividades de la Asociación Síndrome de Down de la República Argentina (ASDRA), el proyecto local está avanzando para conformar una asociación civil en la zona de Pilar encabezada por madres y padres de pacientes.

La clínica ya tiene tres años de vida y se ocupa del seguimiento de las diferentes patologías que presentan más de 40 chicos con Síndrome de Down. Se estima que de cada 450 chicos que vienen al mundo, uno nace con esta patología.

El centro está integrado por profesionales capacitados para resolver las patologías de estos pacientes. “En estos tres años, logramos una buena interacción grupal y conformamos un equipo de trabajo que nos permite apuntar e interesarnos por el mismo objetivo”, destaca Burgos.

El equipo se dedica al cumplimiento de las pautas de los cuidados de la salud de las personas con esta enfermedad a partir de las pautas técnicas del Down Syndrome Medical Interest Group (DSMIG), un grupo reconocido científicamente por la Academia Americana de Pediatría.

### **Mejor esperanza de vida**

“La calidad y la esperanza de vida cambió mucho en las dos últimas décadas, y hoy se alcanza un mejor estado de salud, mayor grado de autonomía personal e integración en la comunidad para las personas con Síndrome de Down”, comenta el profesional.

“El mayor conocimiento de los riesgos y problemas asociados al síndrome permite conocer qué alte-



**Desde que nació Belén asiste a la clínica del HUA, donde recibe la atención del Dr. Fernando Burgos.**

raciones pueden aparecer y en qué momentos de la vida del individuo, por eso es necesario agregar un grupo de actividades preventivas y exploraciones que permitan corregir, aliviar o evitar los problemas de salud en estos niños”, dice Burgos.

Para atender en forma integral las distintas anomalías que pueden presentar estos pacientes, el equipo reúne a especialistas en cardiología y cardiocirugía, endocrinología, oftalmología, neurología, nutrición, ortopedista, kinesiología, gastroenterología, cirugía infantil, otorrinolaringología, además de contar con una genetista, una psicopatóloga y una fonoaudióloga.

### **Cerca, desde el principio**

Desde el nacimiento, se acompaña a estas familias. “Se les da la noticia en un ámbito tranquilo, si

es posible con el niño en sus brazos y con la presencia del papá. Los neonatólogos les explican todas las condiciones favorables y no favorables de la situación y al día siguiente me contacto con ellos para guiarlos en los siguientes controles”, comenta Burgos.

A partir de los dos o tres meses comienzan los trabajos de estimulación temprana, a cargo de la licenciada Pellizzari y se entrevistan con la genetista. “A partir de ese momento se los conecta con los “papás escuchas “de ASDRA: ellos han pasado por una situación similar y los alientan a proseguir con ese presente de vida, pensando en el futuro”, agrega Burgos.

Estela Colautti recibió en el HUA un consejo útil: “Es fundamental que la madre no sea el eje de la actividad interdisciplinaria”, le

### **En números**

El Síndrome de Down es la primera causa congénita de retraso mental. En nuestro país, se registran alrededor de 650 casos nuevos cada año.

El retraso en el crecimiento y en el desarrollo psicomotor no son las únicas patologías asociadas a este síndrome: la mitad de los chicos sufre un incremento del riesgo de padecer cardiopatías congénitas, el 75% de ellos padece hipoacusia y un igual porcentaje tiene alteraciones oculares.

El sobrepeso y los problemas emocionales y de conducta son frecuentes en estos chiquitos. Las enfermedades periodontales y las complicaciones dentales afectan al 90% de los niños que nacen con este síndrome.

**“El aspecto humano es una impronta en el HUA. El pediatra vela por una salud integral, reforzando el amor que los padres y los hermanos tienen por la beba”, confiesa Estela, mamá de María Belén.**

dijeron. Los Colautti descubrieron que no hay mejor estimulación que la propia familia. “La estimulación temprana de Belén no es un trabajo de mamá, sino un compromiso de toda la familia. Cada integrante de la familia ejercita algo en particular con Belén, según la edad y posibilidades de cada uno”, asegura.

En la clínica, aprendieron a tratar a Belén del mismo modo que a sus tres hermanos, lo que genera comodidad y confianza entre familiares y amigos. “Hablamos espontáneamente con nuestros amigos de las

particularidades de Belén para ayudarlos a interactuar mejor con ella. Buscamos que se animen a preguntar sin temor a herirnos o cometer algún error. Trabajamos para derribar barreras”, dice Colautti.

Es todo este trabajo “detrás de bambalinas”, con el apoyo profesional y humano de los médicos, el que hizo de los Colautti una familia feliz. “Aunque todos nos ven como especiales, nos sentimos una familia normal”, confiesa Estela. Y a todos llena de orgullo el logro de un verdadero trabajo en equipo. ♦



*Cuando se decida por un natatorio...  
Vaya a lo seguro.*

**NATATORIOS  
FILTROS  
CLIMATIZACION  
PARQUES - RIEGO**

**skelpools**

**EL LIDER *Confiable* POR MAS DE 40 AÑOS**

Todos los natatorios  
**SKELPOOLS**  
incluyen exclusivo y eficiente  
sistema de filtración

**Innovaciones exclusivas**

**BORDE DESVANESCENTE**  
(Vanishing edge)

**PREVENGASE !!**

No existen precios mágicos  
ni milagros técnicos.  
Siempre estarán en relación a la  
calidad, prestigio, antecedentes  
y garantía del producto.

● Av. LIBERTADOR 3401 - (1636) LA LUCILA - Tel-Fax: 4005-5001 / 4790- 2225  
E-mail: skelpools@fibertel.com.ar www.skelpoolsnatatorios.com.ar

**SKELCLOR** (Trichloro-S-trifazinetrión) La fórmula "Top" en EEUU. Protege su salud. En venta sólo en SKELPOOLS.



# 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.

## ¿Por qué son tan comunes las alergias en primavera? ¿Cómo pueden prevenirse?

Son tan comunes porque las manifestaciones alérgicas son muy frecuentes y alrededor de un tercio de la población las padecen. Las lluvias polínicas primaverales desencadenan los síntomas de alergia, como en el otoño lo hacen los alergenios intradomiciliarios, entre ellos, los ácaros del polvo.

La alergia es sistémica, es decir, afecta distintos órganos en forma de asma, rinitis, conjuntivitis, etc. Una vez que esté seguro de que padece una alergia, su médico le indicará la terapia más adecuada para su enfermedad; la base es la evitación de alergenios, los tratamientos sintomáticos y los desensibilizantes de alergia.

Los alergenios no pueden evitarse en su totalidad, en especial durante la primavera. De todas maneras, se pueden tomar medidas para reducir los ataques causados por agentes irritantes: minimizar la actividad al aire libre en días secos con temperaturas excesivamente elevadas; utilizar un equipo de aire acondicionado con filtro de pólenes; no pararse directamente detrás de autos que estén con el motor en marcha; no dormir con las ventanas abiertas ni tomar bebidas excesivamente frías; usar anteojos de sol y viajar con ventanillas cerradas.

### Dr. Gustavo Marino

Especialista a cargo de Alergia e Inmunología

## ¿Qué actividad física se recomienda para una mujer embarazada?

Es aconsejable que durante el embarazo las mujeres continúen haciendo ejercicio. Aunque realicen una rutina moderada, obtendrán beneficios para la salud.

La actividad física en embarazadas favorece la circulación, mejora la postura, aumenta la fortaleza y la tonicidad muscular y ayuda a dormir mejor. Durante el ejercicio, el ritmo cardíaco no debe exceder los 140 latidos por minuto. Las mujeres embarazadas deben suspender la actividad física cuando se encuentren fatigadas. Deben evitarse los ejercicios con movimientos bruscos como saltos o patadas, y los movimientos de rebote o tirones. Además, deben tomar líquidos libremente, antes y después del ejercicio para no deshidratarse.

Las actividades más recomendadas para realizar son la natación, las caminatas y la bicicleta fija o móvil, siempre evitando los pozos y lomos de burro.

### Dr. Ernesto Beruti

Jefe de Servicio de Obstetricia

## ¿Cómo se previene el tétanos? ¿Cuándo es necesario aplicarse la vacuna?

Es conveniente recordar que el tétanos es una enfermedad causada por la toxina que produce una bacteria llamada *Clostridium tetani*. Esta toxina ejerce su acción en el sistema nervioso central y provoca contracciones musculares violentas,

involuntarias y sostenidas. Si no se realiza el diagnóstico precoz y se brinda la asistencia adecuada, la enfermedad tiene una mortalidad elevada que puede llegar al 50% en los casos más severos.

La bacteria se encuentra ampliamente distribuida en la naturaleza, principalmente en la tierra, en el intestino de muchas especies animales y en el ser humano. La infección se produce a través de heridas o por la contaminación del cordón umbilical en los recién nacidos. La vacunación es la única medida efectiva para evitar esta enfermedad y en los países donde se cumplen correctamente los programas de inmunización se ha observado una marcada disminución de los casos.

En las personas que presenten heridas, deberá tenerse en cuenta el estado de inmunización y las características de la lesión, por lo que el médico tratante deberá decidir en cada caso la aplicación de las medidas de prevención adecuadas, además del tratamiento de la herida.

En la Argentina, la vacuna antitetánica está incluida en el calendario de vacunas obligatorias. Las personas no vacunadas o que tengan dudas sobre la adecuada inmunización deben recibir tres dosis (Vacuna doble) y continuar con refuerzos cada 10 años.

### Dr. Néstor Roberto Jacob

Jefe de Servicio de Infectología

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

vida |411

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.

### Orgullo para nuestro país

Nuestro mayor agradecimiento a ustedes y, por su intermedio, a todo el personal del Hospital: médicos y enfermeras de terapia pediátrica, que atendieron excelentemente a nuestra bebé Evelin Martín, durante los días de internación.

No tenemos más que palabras de agradecimiento ya que, a pesar de haber llegado desde el interior, desde Tucumán, nos sentimos contenidos y seguros gracias a la buena voluntad de cada uno de ustedes y a la amabilidad de nuestro trato. Nos supieron responder y solucionar cada una de nuestras dudas e inconvenientes con rapidez y seguridad.

Queremos destacar el excelente comportamiento de los profesionales que nos atendieron los días de terapia, y agradecer, sobre todo, a María Rosa, en quien encontramos, además de una excelente enfermera, a una amiga que nos brindó toda su paciencia y dedicación.

Realmente fue una gran suerte haber llegado a este Hospital, que es un orgullo para nuestro país; sería ideal que los demás pudieran imitar el trato del personal, realmente destacable. Esto no implica erogación económica alguna.

Desde Tucumán, ya nos encargamos de divulgar la excelencia del Hospital Austral.

Saludos.

**Mabel, Miguel y Evelin Martín**

### Desde Canadá

En esta breve carta, quiero agradecerles muchísimo por el cuidado maravilloso que recibí en el Hospital Austral.

Pero no solamente fue la atención médica, de nivel internacional y que fue brindada con gran espíritu de amistad y calidez. A veces, es difícil reírse cuando estás en un hospital, ¡pero ustedes lo hicieron posible!

Estoy teniendo una buena recuperación. Gracias nuevamente. Nunca olvidaremos todas sus atenciones.

**Bob y Chris MacKinven**

Canadá

### Las palabras no alcanzan

Tengo el alto agrado de dirigirme a Ustedes con motivo de comentarles nuestra sensación con respecto al nacimiento de nuestra hija, Gianna, en su nosocomio. Quizás esta carta no refleje en su total magnitud el agradecimiento eterno que tendremos con todas las personas involucradas, directa e indirectamente, con esa obra majestuosa con que Dios nos honra como padres. Los médicos (como el Dr. Olea, el Dr. Lombroni, el Dr. Etchegoyen, la Dra. Preiti, el Dr. Medel y el Dr. Fregonese), las parteras (Verónica y Silvina), el anestésico, las enfermeras y, luego, en el Piso, las enfermeras de Neonatología (siempre dispuestas a ayudar, incluso con prácticos consejos)... En fin, todos y cada uno de ellos nos hicieron sentir, en

cada situación, que formaban parte de nosotros, de nuestro entorno, de nuestra familia.

Tan importante resulta esto que creemos que, quizás, estas palabras no alcanzan para demostrar tanta gratitud. Pero sí esperamos que sirva para que miles de personas, que concurren a diario a esa Institución para ser tratados, sepan que esas sensaciones que mencionamos son verdaderas y que no pueden expresarse tan sólo con palabras. Resultan de los hechos, de personas que cumplen, tal vez normalmente con su labor—incluso en forma silenciosa—, pero que dejan marcas imborrables, como nos tocó a nosotros sentir.

Sinceramente, muchas gracias.

**Flia. Caffarone**

### Infinito agradecimiento

Por esta vía, quiero testimoniar mi infinito agradecimiento a todo el personal del Hospital Austral por la excelente atención humana y profesional con que fui tratado durante los días de mi internación. Digo “gracias” con un profundo sentimiento, porque tanto yo como mi familia sentimos en todo momento esa contención que es tan indispensable cuando uno siente que depende absolutamente del otro.

Hago votos para el continuo crecimiento de este centro de excelencia en medicina que, no dudo, será una constante, gracias a la calidad de personas que lo llevan adelante.

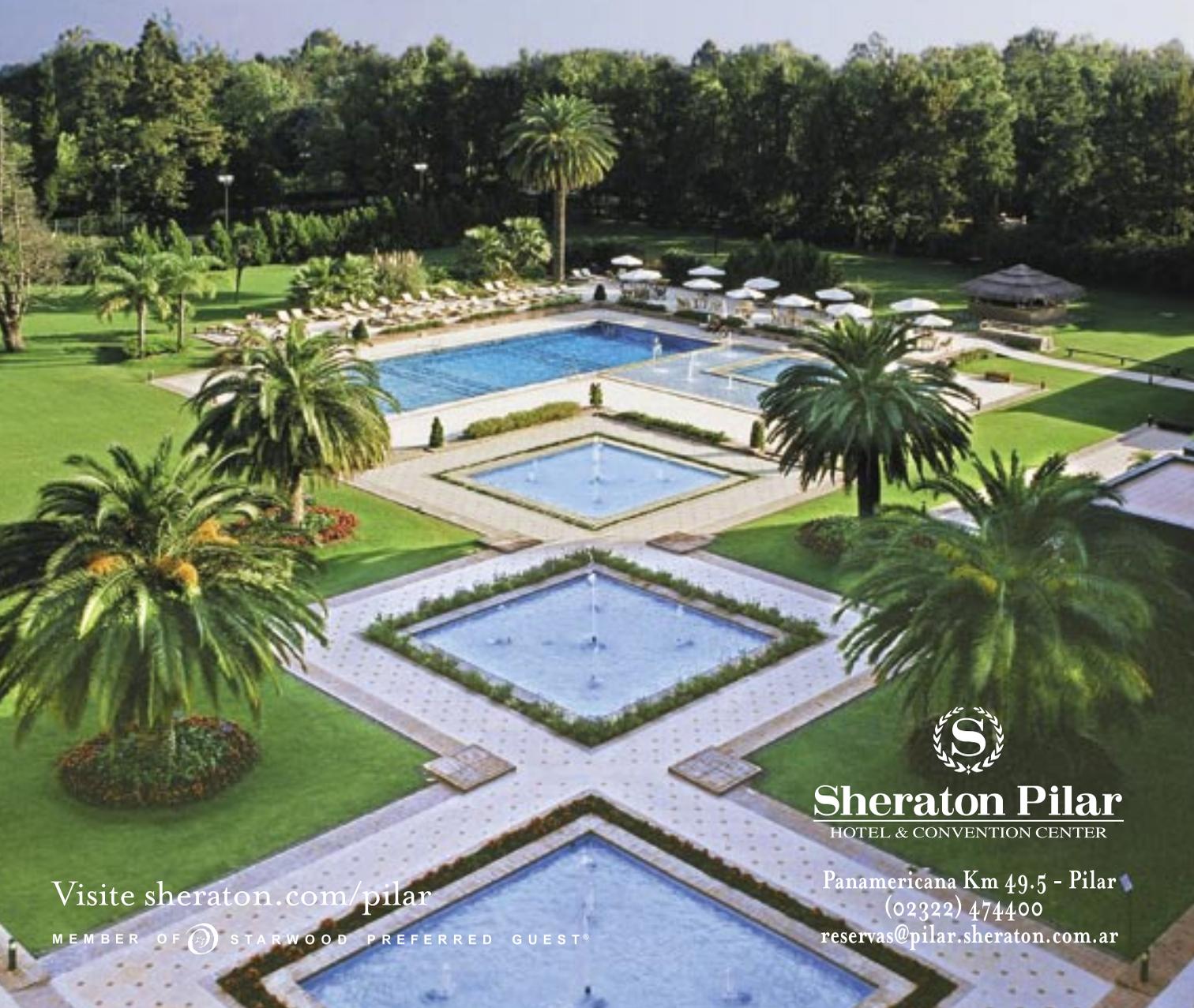
Nuevamente gracias.

**José Antonio López**



*Sofisticación, relax,  
**Servicio,**  
naturaleza, seguridad...*

*en Sheraton Pilar cada estrella  
tiene un verdadero significado.*



**Sheraton Pilar**  
HOTEL & CONVENTION CENTER

Visite [sheraton.com/pilar](http://sheraton.com/pilar)

MEMBER OF  STARWOOD PREFERRED GUEST®

Panamericana Km 49.5 - Pilar  
(02322) 474400  
[reservas@pilar.sheraton.com.ar](mailto:reservas@pilar.sheraton.com.ar)

NUTRICIA • Bagó

Nuevo  
Envase

con Prebióticos

Contribuye  
a reforzar  
el Sistema  
Inmune de  
tu hijo

**Nutrilon**  
premium

con prebióticos

Contribuye  
a reforzar  
el Sistema  
Inmune de  
tu hijo

• Después de la  
primera infancia

Ladle modificada en polvo, para niños después de  
la primera infancia. A base de leche parcialmente  
descremada, maltodextrina, aceite vegetal,  
vitaminas y minerales.

Peso Neto **900g** Industria Argentina



**Nutrilon premium 3,**  
la calidad de siempre en un nuevo envase.

Nutrilon premium 3, la marca experta en nutrición infantil, renueva su imagen manteniendo su exclusiva combinación de prebióticos que contribuye a reforzar el sistema inmune.

Servicio de Información  
a Consumidores  
**0800-555-4455**  
[www.nutricia-bago.com.ar](http://www.nutricia-bago.com.ar)

NUTRICIA • Bagó