

# infoLÍDER

INTERÉS POR NUESTRA GENTE

## Farmacia Líder / Av. Gral. Paz 258

D.t. Farmacéuticos: Almada Yanina, mp. 6423  
Ledesma Fabián, mp.3873; Gorgetti Marisa, mp.6679

## Farmacia Líder / Av. Gral. Paz 526

D.t. Farmacéuticos: Curiotti Gabriela, mp.5852  
Lorenzino Romina, mp.5995; Bustos Eugenia, mp.6455

## Farmacia Líder / Belgrano 39

D.t. Farmacéuticos: Peñaloza Claudia, mp.5004/3  
Vivas Fernanda, mp.5688; Aceto Gabriela, mp. 6719

## Farmacia Líder / Oncativo 1358

D.t. Farmacéuticos: Caro Víctor Eduardo, mp. 6680  
Álvarez Franco Maximiliano, mp. 6678

Ante cualquier duda consulte a su médico y/o farmacéutico.

Publicación autorizada por el Ministerio de Salud y el Colegio de Farmacéuticos de la Provincia de Córdoba.

- ¿ESTÁS CUIDANDO TUS HUESOS?.
- ELEGÍ TUS GANAS DE VIVIR, NO DE FUMAR.
- PROTECCIÓN INTELIGENTE PARA EL FUTURO DE TU PIEL.
- GESTIÓN ONCOLÓGICOS Y ESPECIALES.



Muchas gracias por habernos acompañado un año más. Les deseamos a todos un muy **feliz 2010!**



**Nuevo medidor  
de glucemia**

**Siempre  
estaré ahí**

**NUEVO**

**ACCU-CHEK® Performa**

**Tecnología en la que podés confiar**

¿Todavía no tenés un Accu-Chek?  
¿Querés saber más?

Comunicate sin cargo desde todo el país al  
**0800-999-3762**

-  Rápido, resultados en 5 segundos
-  Mínima muestra de sangre 0.6 µl  
Detección de muestra insuficiente
-  Revisión de tira reactiva dañada
-  Detección de efectos de humedad ambiente
-  Ajuste automático de cambio de temperatura



[www.accu-chek.com.ar](http://www.accu-chek.com.ar)  
ACCU-CHEK es un marca registrada  
de un Miembro del Grupo Roche  
Productos Roche S.A.Q. e I.

**ACCU-CHEK®**

Viví la vida. Librementemente.

# infoLÍDER

- Página 2/3* Laboratorio Roche – *Actividad física y Diabetes Mellitus.*
- Página 5* Laboratorio TRB Pharma – *El uso de gel lubricante íntimo para disfrutar de una vida sexual plena.*
- Página 7* Laboratorio Natufarma – *¿Estás cuidando tus huesos?.*
- Página 8* Laboratorio Elea – *Picaduras y quemaduras.*
- Página 9* Laboratorio Novo Nordisk – *Automonitoreo: Una herramienta indispensable en el cuidado de las personas con Diabetes.*
- Página 10* Laboratorio Novartis – *Con NICOTINELL, elegí tus ganas de vivir, no de fumar.*
- Página 11* Laboratorio Sanofi Aventis – *Pensando en la mujer.*
- Página 13* Laboratorio Phoenix – *Dengue.*
- Página 15* Laboratorio Bagó – *Protección inteligente para el futuro de tu piel.*
- Página 16/17* Farmacias Líder – *Gestión Oncológicos y Especiales.*
- Página 18* Laboratorio Nycomed – *Cuando los Argentinos hablamos de Hepatalgina todo está dicho: queremos sentirnos bien.*
- Página 19* Laboratorio Elea – *Várices.*

## STAFF

DIRECCIÓN GENERAL: DIEGO TISCORNIA / IGNACIO COMBINA

DISEÑO GRÁFICO: NICOLÁS JAVIER SABADÍN DÁVILA / PURAMENTE – COMUNICACIÓN PUBLICITARIA

IMPRESIÓN: EDITORIAL COPIAR

INFOLÍDER ES UNA PUBLICACIÓN PROPIEDAD DE FARMACIAS LÍDER

AÑO 3 – NRO. 12 – DICIEMBRE 2009

AV. GENERAL PAZ 258 – TEL. 0351- 4297012

DISTRIBUCIÓN GRATUITA

WWW.FARMACIASLIDERCBA.COM.AR

\*Los artículos publicados en este ejemplar fueron elaborados por los distintos laboratorios, los cuales son responsables de los mismos.

# Actividad física y Diabetes Mellitus

**Dra. Linari María Amelia**

**Médica Especialista en Nutrición y Diabetes**

La **Diabetes Mellitus** (DM) es una enfermedad metabólica crónica que se caracteriza, entre otras, por un menor aprovechamiento del organismo en la utilización de la glucosa. Son conocidos los pilares en el tratamiento de la Diabetes: alimentación, actividad física, medicación y educación. En el caso del ejercicio la práctica de actividad física se asocia con una disminución del riesgo de aparición de Diabetes Mellitus tipo 2 (DM2); una mejor evolución en el tratamiento de la DM2 y de los factores de riesgo que suelen acompañarla como la obesidad o el sobrepeso, las alteraciones del colesterol, la hipertensión, etc.; una mejor redistribución de la insulina aplicada con disminución de los requerimientos especialmente en los que presentan Diabetes tipo 1 u otros tipos de Diabetes que requieren como tratamiento la aplicación de insulina.

**2**

Una condición inherente al ser humano es el movimiento. A medida que el ser humano se desarrolla va adquiriendo habilidades para la motricidad y con ella para la práctica de diferentes disciplinas deportivas. Esta condición propia es fundamental promoverla desde todos los ámbitos de relación posible: núcleo familiar, escuela, instituciones educativas, controles de salud, etc.

## **El ejercicio adecuado:**

- Mejora el nivel de glucemia por aumento del consumo de ésta.
- Disminuye la concentración de insulina.
- Aumenta la respuesta de los tejidos a la insulina.
- Mejora la hemoglobina glicosilada (HbA1c: promedio de glucosa desde el día de la extracción de sangre y 120 días posteriores).
- Mejoran los colesterolos: el nivel de triglicéridos disminuye, aumenta el colesterol HDL, mejora el colesterol LDL (aterogénico).
- Contribuye a disminuir la tensión arterial.
- Aumenta el gasto energético.
- Detiene la salida de calcio de los huesos (ayudando a fijar el mismo).

- Mejora la circulación (vasodilatación).
- Mejora la dinámica respiratoria.
- Mejora la autoestima.
- Aumenta las defensas inmunitarias.
- Aumenta la actividad fibrinolítica (favoreciendo la circulación arterial).
- Disminuye la liberación de catecolaminas (hormonas del stress).
- Aumenta liberación de endorfinas.
- Disminución de riesgo de enfermedades cardiovasculares en la población general.

## **Antes de implementar actividad física, se recomienda:**

- Examen clínico general.
- Examen oftalmológico (fondo de ojo).
- Examen osteoarticular.
- Examen neurológico.
- Examen cardiovascular .
- Laboratorio.

## **Actividad física recomendada:**

- Nadar.
- Caminar.
- Bicicleta.
- Patinar.
- Correr.
- En sedentarios: bailar, nadar, lavar el auto, subir las escaleras, paseos, juegos activos con niños, etc.
- En niños, adolescentes y jóvenes: disciplinas en equipo.

## **En caso de patologías o factores de riesgo agregados:**

- Alteraciones articulares: actividades en el agua.
- Cardiópatas: actividades en el agua, caminar, ciclismo, programa de rehabilitación cardiovascular.
- Obesos: caminar, actividad en el agua, ciclismo.

## **¿Qué se suele sugerir al inicio (previa consulta con su médico especialista y en lo posible a posteriori con el docente de educación física)?:**

- Controlar la glucemia y colacionar con hidratos de carbono complejos previo al ejercicio si hubiera mucho tiempo de la última ingesta realizada.
- Iniciar con ejercicio aeróbico .
- Usar grandes grupos musculares.

- Frecuencia: 3-4 veces por semana.
- Duración: comenzar con 30 minutos hasta lograr una adaptación y llegar a 45-60 minutos en el día. Incluir los 10 minutos de entrada en calor, 10 minutos de vuelta a la calma y la elongación de los músculos.
- Planificar la actividad física.
- Beber abundantes líquidos.
- Utilizar ropa cómoda de algodón, calzado adecuado (previo control de los pies).
- Detener el ejercicio ante síntomas de dolor de pecho, calambres o hipoglucemias.
- Llevar azúcar durante la actividad e hidratos de carbono complejos (galletitas de agua, un pancito, cereales, etc.).

- No debe causar lesiones
- Siempre debe ser accesible.
- Debe ser grato.
- Debe poner los principales grupos musculares en actividad.
- Debe poder realizarse en diferentes intensidades.

En relación a la actividad recomendada para los niños, es importante no buscar éxitos deportivos tempranos que puedan generar demasiada presión y posteriores abandonos. Usar el deporte como una práctica para fomentar el desarrollo motriz, adaptar la disciplinas a las características, cualidades, edad biológica y sobretodo gusto del niño.

En cuanto a las conductas según el valor de la glucemia que se tenga en el momento, dependen de las condiciones del paciente y del tratamiento que utiliza (si toma medicación por boca o aplica insulina), por consiguiente es conveniente consultar con su especialista antes de comenzar actividad física.

Es fundamental acompañar la actividad física con una alimentación acorde a la edad y al momento biológico, una buena alimentación incluye una correcta hidratación.

**Contraindicaciones absolutas:**

- Falta de reconocimiento de la hipoglucemia.
- Mal control metabólico.
- Presencia de complicaciones avanzadas .
- Cambio reciente en el electrocardiograma.
- Infarto o angina inestable.
- Arritmia ventricular no controlada.
- Miocarditis o pericarditis activa.
- Tromboflebitis aguda.
- Retinopatía proliferativa sin tratamiento previo.
- Hemorragia retiniana significativa reciente.
- Infección aguda o fiebre.
- Lesión renal aguda o mal controlada.
- Glucosa en sangre mayor a 250 mg con cuerpos cetónicos en orina.

**Las costumbres vigentes y la situación actual han generado que niños y grandes pasen mas cantidad de horas sin movimiento ya sea: sentados frente a la computadora o a la televisión o dedicando el tiempo a actividades de menor desgaste energético. Este problema conlleva al aumento acelerado en la prevalencia de sobrepeso y obesidad en niños y en adultos. Promover la actividad física desde el comienzo es fundamental para la salud física y mental de cualquier persona. Favorecer hábitos relacionados con el ejercicio físico fomenta el cuidado de la salud y mejora la evolución de cualquier tipo de alteración relacionada con el metabolismo, incluyendo la Diabetes. Toda persona con Diabetes debe ser alentada a la práctica de actividad física como forma de toma responsable frente al manejo de la patología.**

**3**

**Criterios para un ejercicio adecuado:**



**NUEVO**

**ACCU-CHEK®  
Performa**

**Tecnología en la que podés confiar**



[www.accu-chek.com.ar](http://www.accu-chek.com.ar)  
ACCU-CHEK es un marca registrada de un Miembro del Grupo Roche Productos Roche S.A.Q. e I.

**ACCU-CHEK®**  
Viví la vida. Librementemente.

# Arceligasol

## REDUCTORA

**El cuerpo que siempre quiso en sólo 2 meses fue para ella tocar el cielo con las manos.**

**Vos también estás a tiempo.**

Arceligasol Reductora es un tratamiento medicinal efectivo para quienes buscan modelar su cuerpo y verse con la figura que siempre quisieron. Gracias a su exclusiva formulación a base de componentes de origen 100% natural, Arceligasol Reductora contribuye a eliminar grasas y líquidos que tu cuerpo acumula, para bajar de peso pero de manera saludable. Recuperá la figura que siempre quisiste y vos también sentí tocar el cielo con las manos.



# Una nueva tendencia

## El uso de gel lubricante íntimo para disfrutar de una vida sexual plena

Cada vez más la utilización de lubricantes en el ámbito sexual, es una situación que tiene una amplia variedad de matices que van desde lo estrictamente placentero a una responsable protección de la salud.

El uso de un probado y eficaz lubricante íntimo en forma de gel que reúna las condiciones adecuadas, es algo indispensable para disfrutar de una vida sexual sin molestias, en un marco de placer y aumento del erotismo pero sin perder de vista la salud y la seguridad.

**Tanto en los actuales abordajes de las disfunciones sexuales, así como en el enriquecimiento erótico de parejas sin dificultades, es de suma importancia el uso de un lubricante íntimo que reúna propiedades tales como:**

- No alterar el pH del medio.
- No irritar, no manchar, no dejar residuos.
- No afectar los preservativos (que no abra los poros del látex).
- No provocar una sensación distinta a la lubricación natural.
- Que se aplique de manera sencilla sin necesidad de removerlo.

Sabemos bien que una penetración anal sin preservativo tiene un elevado riesgo de contagio de diferentes enfermedades de transmisión sexual: gonorrea, VIH, sífilis, herpes y hepatitis son peligros latentes. Por este motivo se debe tener especial cuidado en que el preservativo no se dañe para que de esta manera no exista ningún tipo de riesgo de contagio. Los preservativos sólo se rompen si están en mal estado o, sobre todo, si no se usan correctamente. Por tanto, es esencial que en las penetraciones anales usemos siempre preservativos con gel lubricante íntimo, y que, además, aprendamos a usarlo correctamente. Son indispensables los geles lubricantes de uso íntimo que no abren los poros del profiláctico. La utilización de lubricantes del tipo vaselina, lanolina o cremas humectantes que los

contengan están contraindicados por esa razón, al abrir los poros del profiláctico este se hace permeable a las secreciones seminales hipotéticamente infectadas. Pero hay geles que no presentan este problema: son aquellos de base acuosa. Éstos lubricantes no afectan la estructura íntima del profiláctico garantizando la protección por vía doble: evitan las lesiones de la mucosa y evitan la apertura de los poros del preservativo.

También usamos el lubricante íntimo en los casos de disfunciones sexuales, por ejemplo, en la eyaculación precoz, en técnicas de "detención y arranque" y en la disfunción eréctil con el objeto de facilitar la penetración y mejorar la sensibilidad.

La indicación de un lubricante eficaz disminuye o evita el dolor coital y las probables lesiones de la mucosa y el esfínter anal. Con una pequeña cantidad aplicada en los genitales, la penetración dejará de ser algo irritante para ser algo placentero.

La utilización de lubricantes íntimos logra hacer del juego sexual un momento placentero, donde se comparten caricias en zonas erógenas del cuerpo que proporcionan un mayor placer sexual.

Asimismo el uso de juguetes sexuales pueden estar presentes en todos o en algunos momentos de las relaciones por lo que se debe tener ciertas precauciones: saber que al igual que los preservativos producen una mayor fricción y esto puede generar lesiones en la región anal. Por eso, en estas situaciones es útil lubricar también los instrumentos de penetración para que no provoquen daños. En estos casos, un lubricante de base acuosa es el adecuado ya que no daña el material de los juguetes sexuales, y en la mayoría de las personas, no causa reacciones alérgicas.

Toda esta clase de estímulos aumentan el erotismo en la pareja lo que es indispensable para disfrutar de una vida sexual plena, por esta razón debemos cuidarnos con buenos lubricantes.

5

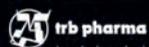


QUÉ LINDO QUE ES CON GEL

FALIC<sup>®</sup>

GEL LUBRICANTE  
PURO PLACER

www.falic.com.ar / 0-800-555-FALIC (32542)

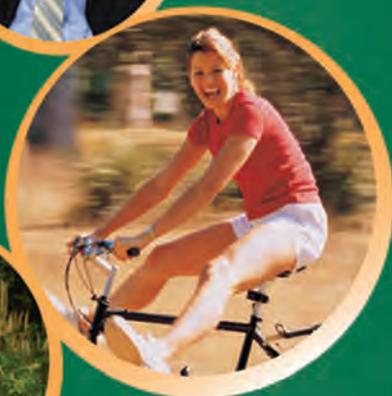


Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda consulte a su médico y/o farmacéutico.

PUREZA Y CALIDAD SUIZA



**Ibupirac**  
IBUPROFENO  
*Vas a estar bien.*



¿Sabías  
que muchos dolores  
se pueden evitar  
con muy poco?



Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda consulte a su médico y/o farmacéutico.  
Pfizer S.R.L. Para mayor información comunicarse al 4788-7000 - [www.pfizer.com.ar](http://www.pfizer.com.ar)

# ¿Estás cuidando tus huesos?

El CALCIO es uno de los minerales más importantes para el crecimiento, mantenimiento y reproducción corporal.

Para que el mismo pueda ser absorbido por el cuerpo, se requiere de un consumo adecuado de Vitamina D.

Los huesos están siendo continuamente reabsorbidos y reformados, e incorporan el CALCIO en su estructura, al igual que otros tejidos calcificados como los dientes, en donde el mismo es esencial para la formación y mantenimiento de una dentadura sana.

Una ingesta adecuada de CALCIO es necesaria para el desarrollo del esqueleto durante el crecimiento y para el mantenimiento de los huesos en edad adul-

ta. La insuficiencia de CALCIO contribuye de manera significativa en el desarrollo de la osteoporosis.

## Beneficios del CALCIO:

Además de ayudar a mantener los dientes y huesos sanos, el CALCIO es esencial en el acoplamiento entre excitación y conducción en el músculo cardíaco. Por otro lado, el CALCIO participa en la coagulación de la sangre, la transmisión de impulsos nerviosos, la contracción muscular y la estimulación de la secreción hormonal, así como también en otras funciones que requieren pequeñas cantidades de este mineral.

## Usos

### Se lo puede utilizar:

- Niños y adolescentes en período de crecimiento.
- Mujeres en período pre y post-menopáusico (prevención de osteoporosis)
- Mujeres en período de gestación
- Personas en recuperación post-quirúrgica por fracturas
- Pérdida de CALCIO por tratamientos con corticoides.

**CALCIO 500 CON VITAMINA D NATUFARMA:** ha sido formulado para fortalecer la estructura ósea de las personas (acción preventiva). Además está especialmente indicado para casos de osteoporosis (acción correctiva).

7

Cuando algo te hace bien,  
se nota.



CALCIO 500  
CON VITAMINA D  
x 50 comprimidos  
Suplementa las necesidades de calcio

**NATUFARMA**  
PRODUCTOS MEDICINALES DE ORIGEN NATURAL.

Pensados para cuidar lo más valioso que tenemos.

Atención al Cliente:

0-800-444-56288 (LNATU)

Los medicamentos al prospecto y entre cualquier duda consulte a su médico y/o a su farmacéutico.

# Picaduras

## ¿Los mosquitos pican?

Sí, pero sólo los mosquitos hembra y lo hacen porque una vez que son fecundados necesitan sangre para poner sus huevos.

El calor favorece la reproducción de estos insectos, por eso durante el verano aumenta la población de mosquitos y como consecuencia aumentan las picaduras.

### Algunos consejos para evitar que te piquen los mosquitos:

1. Evitá usar ropa de colores oscuros ya que los atrae.
2. Es importante que mantengas la piel limpia porque la sudoración y los olores fuertes los atrae.
3. Evitá salir durante el anochecer y al amanecer ya que los mosquitos suelen picar más durante este periodo.
4. Mantené corto el pasto y no dejes montículos de hojas o ramas.
5. Evitá conservar recipientes con agua estancada por varios días.
6. En caso de utilizar algún repelente, es fundamental seguir las recomendaciones del fabricante, especialmente en lo que refiere a los niños.

Las picaduras de mosquitos producen ronchas en la piel y picazón.

8

### El rascado puede hacer:

- Más difícil curar las lesiones.
- Causar cicatrices.
- Incrementar el riesgo de infecciones bacterianas de la piel.

# Quemaduras

La exposición moderada al sol es beneficiosa porque ayuda al organismo a activar la vitamina D, sin embargo debemos ser muy cuidadosos a la hora de exponernos al sol ya que los rayos pueden agredir a la piel provocando quemaduras y lesiones.

### Algunos consejos para cuidarse del sol:

1. Evitar ponerse al sol entre las 11 y las 16 hs.
2. Aplicar un protector solar 15 ó 30 minutos antes de exponerse al sol y repetir la aplicación cada 4 hs.
3. Utilizar gorras con bicera que haga sombra en la cara y cubran las orejas.
4. Aunque el día esté nublado debemos cuidarnos del sol porque los rayos atraviesan las nubes y pueden provocar quemaduras.
5. Hidratar la piel antes y después de la exposición al sol.
6. Evitar utilizar perfumes o colonias sobre la piel debido a que pueden favorecer la aparición de manchas.

La piel de los niños es especialmente fotosensible. El daño solar que se produce en los primeros años de vida es acumulativo, es decir que no se elimina con el paso del tiempo.

La piel nos protege del exterior, nos aporta el sentido del tacto y la temperatura, debemos cuidarla para mantenerla radiante durante toda la vida.

# Caladryl®

La caricia que alivia.



picaduras  
de insectos



quemaduras  
de sol



erupciones



Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda consulte a su médico y/o farmacéutico.

# Automonitoreo: Una herramienta indispensable en el cuidado de las personas con Diabetes.

Silvia Vega / Enfermera Educadora en Diabetes / Clínica Romagosa.

El monitoreo de glucosa en sangre, es un aspecto importante en el plan de cuidado de las personas con Diabetes, forma parte del autocontrol. Es una herramienta útil para ayudar a mantener los niveles deseados y facilitar el autocuidado.

## El automonitoreo es importante porque:

- Permite al profesional avanzar en el diagnóstico, tomar decisiones y manejar situaciones especiales.
- Mejorar el control metabólico, evitando y retardando la aparición de complicaciones tanto agudas como crónicas.
- Mejora la comunicación entre el paciente y el equipo de salud.
- Trata oportunamente Hipo e Hiperglucemias.
- Disminuye los días de enfermedad.

Nuestro objetivo como integrantes del equipo de salud, es lograr que toda persona con Diabetes realice esta práctica, tanto aquellos que reciben medicación oral como insulina.

Se debe tener en cuenta que, el automonitoreo requiere de Educación, Aceptación y Participación Activa por parte del paciente y familia.

## Las formas básicas de monitoreo glucémico son:

- Control de glucemia.
- Control de glucosuria.
- Control de cetonuria.

## Métodos para determinar la glucemia son:

- Tiras reactivas para comparación visual (sangre y orina).
- Refractómetros (sangre).

## El paciente debería monitorizar sus niveles de glucemia en diferentes horarios del día, por ejemplo:

- Glucemia en ayunas, se mide la glucosa después de varias horas de no ingerir alimentos (Ej. Antes del desayuno).
- Glucemia preprandial, inmediatamente antes de una comida principal.
- Glucemia postprandial, se mide dos horas después de una comida principal.

## ¿Cuántos controles debe hacerse un paciente diabético?

La cantidad de controles va a depender del estado metabólico del paciente, si el mismo no se siente bien, embarazo, enfermedad, internación, cirugías, períodos de estrés, actividades especiales (deportes, fiestas, etc.), confirmación de hipoglucemias nocturnas, cetonuria, etc.

**“Toda persona con Diabetes Mellitus debe realizarse AUTOMONITOREO “**

9

## Recomendaciones Breves para el control de glucemia

1. Lavarse las manos y secarlas bien.
2. No es necesario colocar alcohol en los dedos.
3. Preparar el digitopunzor.
4. Introducir la tira reactiva al glucómetro.
5. Masajear los dedos para mejorar el flujo de sangre, utilizar la cara lateral de los mismos.
6. Obtener una gota de sangre y cuando el glucómetro la pida, depositarla en la tira reactiva.
7. Esperar el resultado y registrar.

# cambiando el mundo de la diabetes

Novo Nordisk Pharma Argentina S.A.  
Av. Del Libertador 14.099 (B1640AOL)  
Martínez, Bs. As., Argentina.  
Tel: + 54 11 6393 - NOVO (6686) / Fax: 6393-6699  
www.novonordisk.com.ar



# Con **NICOTINELL**, elegí tus ganas de vivir, no de fumar

El verdadero desafío que enfrentan los fumadores que quieren abandonar el cigarrillo es el de poder superar la dependencia. Cuando intentan dejar de fumar, el descenso brusco de la nicotina (que es la que genera la adicción) suele causar un síndrome de abstinencia, caracterizado por conductas de irritabilidad, ansiedad, dificultades para concentrarse e insomnio, que los lleva muchas veces a fracasar en el intento.

**Nicotinell** contiene nicotina, que al ser masticada es liberada lentamente y absorbida en la boca. Mediante los chicles de nicotina, **Nicotinell** aporta temporalmente la nicotina que se obtenía fumando sin producir los efectos nocivos que causan otras sustancias del tabaco, como el monóxido de carbono y el alquitrán. El sistema se basa en el uso de nicotina en dosis decrecientes para ayudar al paciente a desplazar la ansiedad y los síntomas del síndrome de abstinencia hasta eliminarlo por completo. Al reducir gradualmente la cantidad de chicles, y por lo tanto la cantidad de nicotina de reemplazo, podrá finalmente librarse de la costumbre de fumar.

## Dejar de fumar ofrece muchos beneficios

10

- Vivirás mejor y más años.
- Tendrás un gasto menos y ahorrarás mucho dinero.
- Mejorarás tu estado de ánimo.
- Te cansarás menos al hacer ejercicio.
- Mejorarán tu sentido del gusto y el olfato.
- Tendrás mejor dentadura, tus encías dejarán de inflamarse y eliminarás el mal aliento.
- Ya no tendrás olor a tabaco en tu cuerpo y ropa.
- Tu piel conservará su tersura por más tiempo.
- El acné disminuirá sensiblemente.
- El aspecto de tu cabello mejorará.

- Mejorará tu fertilidad.
- Tu embarazo será más seguro para vos y tu hijo.
- Podrás usar anticonceptivos orales con menos riesgos.
- Evitarás enfermedades cardíacas producidas por el tabaquismo.
- Reducirás las probabilidades de padecer cáncer de boca, laringe, vejiga, riñón y pulmón.
- Descenderán tus cifras de presión arterial y colesterol.
- Terminarás con la bronquitis crónica, la tos y el catarro crónico.

## ¿Cómo se utiliza Nicotinell Chicles?

1. Masticar un chicle lentamente hasta que el sabor se vuelva fuerte.
2. Deje el chicle entre las encías y la mejilla.
3. Una vez que el sabor haya desaparecido, vuelva a masticar el chicle.
4. Repita rutina por unos 30 minutos.

Cigarrillos fumados	Presentación
Menos de 20	Nicotinell 2 mg
Más de 20	Nicotinell 4 mg

Masticar un chicle cuando sienta la necesidad de fumar. Un chicle debe ser masticado cada una o dos horas. Normalmente 8 a 12 chicles por día son suficientes. Sin exceder 25 chicles para la presentación de 2 mg y 15 para la presentación de 4 mg.

El tiempo de tratamiento usual es de tres meses.

Lea atentamente el prospecto y ante la menor duda consulte a su médico y/o farmacéutico.

La línea Nicotinell es de venta libre y se encuentra disponible en farmacias.



ELEGI  
TUS GANAS  
DE VIVIR.  
NO DE FUMAR.

Quando tratas de dejar el cigarrillo, ningún chicle satisface tan rápido tu necesidad como Nicotinell®.

Producto de Venta Libre. Ante cualquier duda consulte a su médico y/o farmacéutico.

**NOVARTIS**

# Pensando en la mujer

## ¿Sabías que tanto el exceso como la falta de higiene afectan negativamente tu salud íntima?

Debido a la particular anatomía femenina, existen necesidades específicas que van desde hábitos correctos para el cuidado, hasta el uso de productos apropiados.

**La utilización de jabones pensados para el cuerpo en general pueden poner en peligro el equilibrio natural, ya que contienen ingredientes que pueden resultar agresivos en una zona sensible y delicada.**

Es por este motivo que se recomienda el uso de productos especialmente formulados para la higiene íntima femenina. Estos productos cuentan con exclusivas fórmulas a base de componentes hipoalérgicos y naturales, como el ácido láctico y el lactosuero, que protegen el balance del pH, previniendo la proliferación de bacterias que producen mal olor, ardor, picazón e irritación.

Según estudios realizados en Argentina, las infecciones vaginales se encuentran entre los motivos más frecuentes de consulta ginecológica y, en muchos casos, se trata de afecciones causadas por uso inapropiado o mal uso de los productos femeninos.

La práctica de hábitos adecuados de higiene, sumada a la utilización de un producto especialmente formulado, te permitirán sentirte más cómoda, protegida y plena.

## Algunos tips sobre el cuidado de tu higiene íntima

La limpieza debe ser diaria; no debe ser excesiva ni insuficiente.

Es imprescindible lavarse las manos antes y después de ir al baño.

El lavado de los genitales debe hacerse al final. Para evitar irritación, es necesario retirar con abundante agua cualquier residuo de jabón.

Se recomienda usar ropa interior de algodón o que tenga cubierta de algodón en toda el área de la entrepierna.

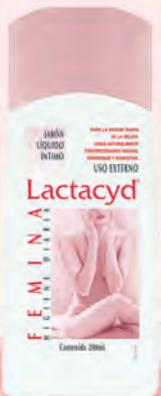
No se recomienda usar hidratantes, talcos, desodorantes íntimos ni aromatizantes.

Si te depilás, no retires todo el vello púbico, ya que éste cumple una función protectora.

Si tenés síntomas de prurito o flujo vaginal, no te automediques; realizá una consulta ginecológica.

11

**Lactacyd®**  
**FEMINA**  
 Higiene y protección íntima cada día.



sanofi-aventis Argentina S.A.  
 Comercializado y distribuido por Química Medical S.A.C.I.  
 División OTC del grupo sanofi-aventis

**sanofi aventis**  
 La Salud es lo esencial

| Nuevo

# Espasmo Ibuprofeno Elisium®

Antiespasmódico | Analgésico



Su Doble Acción brinda  
un **Mayor Alivio** a los dolores  
y espasmos abdominales.

# ¿Qué es el dengue?

Es una enfermedad infecciosa causada por el virus Dengue que se caracteriza por producir un importante dolor en las articulaciones y músculos, inflamación de los ganglios y erupción en la piel, o un cuadro más complejo caracterizado por hemorragias.

El virus es transmitido a los humanos por la picadura de un mosquito infectado. El mosquito *Aedes aegypti*, de hábitos domiciliarios, es el transmisor o vector de los virus de dengue más importante en el hemisferio occidental. Es una de las especies comunes de mosquitos en la ciudad y provincia de Buenos Aires.

El mosquito portador no se desarrolla en aguas contaminadas, sino en las limpias y quietas, por lo general de lluvia, lo que hace relativamente fácil una prevención simple, pues basta con impedir que se junten en recipientes de diferentes tipos, como ocurre en floreros o neumáticos en desuso. No existe una medicación específica para la enfermedad, lo cual vuelve más importantes las tareas preventivas y una efectiva protección, entre las cuales se encuentran las fumigaciones y el uso de repelentes. **Laboratorios Phoenix** ofrece con este fin repelente Pervisept. Gracias a su fórmula que contiene componentes de origen natural proporciona una efectiva protección contra los mosquitos.

## ¿Cómo se transmite el dengue?

Cuando una hembra de mosquito *Aedes aegypti* pica a una persona con dengue se infecta con el virus y, aproximadamente, entre una semana y 12 días después puede transmitirlo, al picar a una persona sana. El dengue no se puede transmitir directamente de persona a persona ni por objetos.

El virus circula en la sangre de los seres humanos infectados desde un día antes del comienzo de la fiebre y hasta 6-7 días después; los mosquitos *Aedes aegypti* pueden adquirir el virus cuando se alimentan de un persona

durante este período. El mosquito infectado conserva el virus mientras vive.

## ¿Cuáles son los síntomas del dengue?

Los síntomas principales del dengue son inicialmente parecidos a los de la gripe: fiebre alta que dura hasta 1 semana, dolor de cabeza fuerte, dolor de espalda, articulaciones y musculares generalizados, náuseas y vómitos; también puede presentarse dolor en los ojos (retro-ocular) y manchas en la piel (erupción rojiza). A diferencia de la gripe no hay manifestaciones de compromiso de las vías aéreas.

## Consejos de prevención contra el dengue

- Para protegerse de la picadura de mosquitos utilice repelentes de insectos sobre la piel expuesta. El repelente **Pervisept** brinda una efectiva protección, gracias a su fórmula que contiene componentes de origen natural. **Pervisept** repelente está realizado a base de aceites esenciales de citronella, es ideal para uso en niños a partir de los 2 meses. Usar ropa adecuada (manga larga, pantalón largo, calzado cerrado) y rociar **Pervisept** repelente sobre la piel y la ropa.
- Para disminuir la cantidad de mosquitos en el interior del domicilio utilice espirales, pastillas termoevaporables o líquidos fumigantes.
- Eliminar recipientes de agua de lluvia estancada para evitar que los mosquitos hembra depositen sus huevos.
- Ante cualquier síntoma similar a los de la gripe consulte con su médico.

13




## Repelente de mosquitos

# PERVISEPT



con Citronella

- Spray de uso familiar
- Componentes de origen natural
- Actúa sobre el mosquito del Dengue
- Ideal para uso en niños\*  
\* A partir de los 2 meses

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



Laboratorio  
**PHOENIX**  
Compromiso por la Salud

Venda Libre. Lea atentamente el rótulo y ante la menor duda consulte a su médico y/o farmacéutico.

# Bagóvit A



## EMULSION HIDRATANTE AUTOBRONCEANTE

Hidratación **+** Color **saludable** en solo **3** días

PROMOCION LANZAMIENTO

COMBO EMULSION HIDRATANTE AUTOBRONCEANTE



ESPONJA EXFOLIANTE DE REGALO

**Bagóvit** Cuida el futuro de tu piel

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

La promoción incluye pack presentación Bagóvit A Emulsión Hidratante Autobronceante + 1 esponja exfoliante de regalo. Valida en farmacias adheridas de la República Argentina del 01/09/09 al 31/12/09 o hasta agotar stock de 12.000 unidades

# Protección Inteligente para el futuro de tu piel

Estar al aire libre, haciendo deportes, disfrutando del sol, son todas actividades que están relacionadas con un estilo de vida saludable y recomendable. Sin embargo, durante los últimos años se ha estudiado sobre los efectos de los rayos solares sobre la piel, concluyendo que si bien poseen efectos deseados se observan otros nocivos.

La radiación que impacta sobre la piel puede ser: reflejada, refractada, dispersada o absorbida. Sólo ésta única tiene efectos biológicos.

Esta radiación absorbida, que es la responsable de los efectos nocivos, puede inducir lesiones cutáneas agudas que van desde simple enrojecimiento a verdaderas quemaduras, ya sea por acción directa o fotoinducida por algún producto químico aplicado sobre la piel (perfumes, cosméticos, etc.), o lesiones caracterizadas por envejecimiento precoz (fotoenvejecimiento).

Debemos considerar también en este contexto, la carga genética de cada individuo, que dará mayor o menor susceptibilidad a la radiación. Así tenemos una clasificación de los diferentes tipos de piel según su tolerancia natural al sol:

Tipo I: muy sensible, siempre se enrojece, nunca se broncea

Tipo II: sensible, enrojece casi siempre, se broncea poco

Tipo III: moderadamente sensible, enrojece poco, siempre se broncea

Tipo IV: poco sensible, enrojece raramente, bronceado muy marcado.

**La energía solar llega a la tierra en forma de radiación electromagnética; así tenemos rayos infrarrojos, visibles y ultravioletas. De éstos últimos hay tres tipos: A, B y C.**

**Los rayos ultravioletas A (UV-A)**, de onda larga, penetran muy profundo hasta la dermis, fundamentalmente en aquellas pieles más blancas y sensibles. Su capacidad de producir quemaduras es escasa, pero en el largo plazo pueden producir envejecimiento prematuro de la piel, alteraciones celulares e inclusive cáncer de piel.

**Los rayos ultravioletas B (UV-B)** penetran sólo la epidermis, pero son los principales causantes de la mayoría de las quemaduras solares y enrojecimiento de la piel.

**Los rayos ultravioletas C (UV-C)** no alcanzan la superficie terrestre, ya que son absorbidos completamente por la capa de ozono, situada a unos 60 Km. de altura. Ante los niveles de permeabilidad que actualmente presenta la capa de ozono, se hace especialmente peligrosa la exposición al sol, pues se supone que radiaciones UV-C que llegaran directamente al ser vivo podrían destruirlo.

**Para poder disfrutar del sol, sin dañar nuestra piel recomendamos:**

Usar protectores solares adecuados para cada tipo de piel con filtros solares para ambas radiaciones (UV-A y UV-B).

Los niños siempre deben utilizar pantallas solares de alta protección.

Aplicar el protector solar 45 minutos antes de la exposición directa al sol.

Evitar o reducir la exposición al sol de 11 a 15hs.

Volver a aplicar el producto cada dos horas, especialmente luego de permanecer en el agua.

Usar protector también durante los días nublados.

15

Disfrutá del sol sin dejar de cuidar la piel de tu cuerpo. Y ahora también la de tu rostro.



# Líder informa: Gestión Oncológicos y Especiales

Queremos contarles que Farmacias Líder S.A cuenta con un sector llamado Oncolider que se especializa en el trámite de recetas oncológicas, de trasplantes y medicamentos especiales. Para ello tenemos un grupo de personas preparadas y capacitadas para realizar este tipo de trámites e informes sobre requisitos, coberturas, tiempos de espera y toda duda que se genera a partir de la necesidad de esta medicación.

## **A continuación le hacemos un resumen de como se deben tramitar dichos medicamentos.**

En este proceso estamos involucrados: el paciente, la obra social, la gerenciadora, la droguería y la farmacia. **PARA AFILIADOS PAMI:** el médico especialista confecciona la receta y pueden ocurrir dos cosas; **1-** que la medicación recetada esté dentro del vademécum de especialidades cubiertas por la obra social ó **2-** que no esté. Si están dentro del vademécum se presenta la receta en la farmacia con los estudios que corresponden para ese diagnóstico, resumen de historia clínica y último recibo de sueldo. En el caso que no esté la medicación dentro del vademécum, se procede a presentar la misma documentación directamente en PAMI para su autorización y su posterior presentación en la farmacia.

Al ingresar la documentación la farmacia emite un comprobante de trámite con fecha de ingreso, número de receta, nombre de afiliado y el teléfono donde usted puede consultar la evolución del mismo. Este vale se solicita al retirar la medicación de la farmacia. Esta receta con sus adjuntos se envía vía scanner a la gerenciadora de PAMI llamada CAMOyTE (Centro de Autorización de Medicamentos Oncológicos y Tratamientos Especiales). Dicha gerenciadora con base en Buenos Aires realiza el estudio de cada caso en particular, pasando el trámite por áreas de auditoría técnica donde se controla la confección de la receta, afiliación, fecha, sellos y de auditoría médica donde se analiza diagnóstico, prescripción, especialidad del médico entre otras. Estos pasos llevan 5 días hábiles pudiendo usted después del cuarto día hábil de presentado el trámite comunicarse telefónicamente al 0800-777-2236 donde solo con el número de receta se les informa el esta-

do del mismo. La receta desde el CAMOyTE puede salir con una resolución desfavorable (RECHAZADA) la cual es comunicada inmediatamente a usted por la farmacia para solucionar el problema. Con resolución favorable (APROBADA), en cuyo caso el centro de autorizaciones designa la provisión de la medicación a una droguería que puede ser de Buenos Aires, Córdoba o Rosario. Esta tiene 5 días hábiles para la entrega del producto en la farmacia que controla lote, vencimiento y estado general, y se prepara para su entrega al cliente, el cual es llamado telefónicamente por personal de la farmacia.

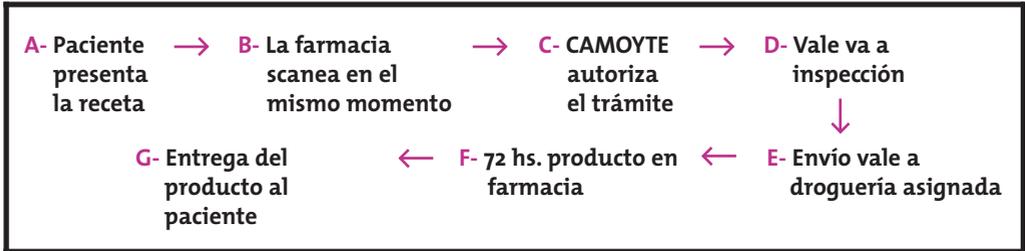
## **Cabe aclarar que la farmacia tramita su orden una vez recibida, los tiempos posteriores dependen del centro de autorización, cámara y droguerías asignadas para la entrega.**

Los medicamentos tramitados por esta vía tienen una TRAZABILIDAD que es un control bajo códigos de barra y monitoreos en donde se designa que **ese medicamento es solamente para ese paciente** y no podemos intercambiarlos, ni adelantar, ni recibir como donación medicamentos de esta índole. Si el paciente cambia su tratamiento o fallece todos los sobrantes de medicamentos se deben remitir a la obra social (banco de drogas). Todos los tiempos antes descriptos se acortan cuando presentemos la receta por segunda vez, porque ya está cargado en el sistema y solo se presenta receta y recibo de sueldo o carnet de afiliación, excepto que se cambie el tratamiento debe realizarse el mismo trámite como la primera vez.

En caso de tratarse de productos bajo la estricta supervisión médica y control del Ministerio de Salud como son morfina con sus derivados, alcaloides, oxicodona u otros, al presentar el trámite en farmacia u obra social debe estar acompañado de su correspondiente vale por duplicado, este es de color amarillo y lo confecciona el médico en el mismo momento de hacer la receta.

Este vale es indispensable para que una vez aprobado el trámite, la droguería asignada pueda enviarnos la medicación. Vale aclarar que el proceso para estos medicamentos sería de la siguiente manera: confección de receta por el médico, presentación del trámite en la farmacia u obra social, scanneo al centro de autorización (CAMOyTE), contestación del trámite. Si está aprobado se envían los vales al Ministerio de Salud de Córdoba, en donde se autorizan (trámite que realiza la farmacia) y se envían por correo (24 hs.) a Bs As, los que al ser recibidos y controlados dan comienzo a la facturación del producto para su posterior entrega.

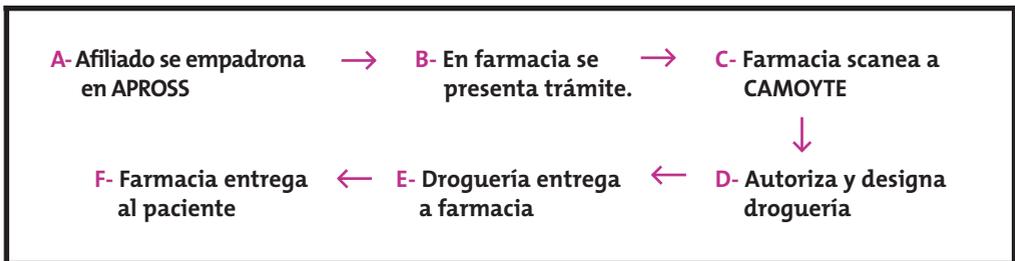
Cuadro explicativo del proceso



**Pacientes APROSS:** para cualquier trámite de índole oncológico debe dirigirse a calle Rivadavia 150 local 56 (DCYM) o al APROSS en donde se presenta receta, carnet de afiliación y todos los estudios con resumen de historia clínica que correspondan al diagnóstico indicado. Esta gerenciadora carga en el sistema su trámite y le indica cuando puede presentarlo en la farmacia para su posterior scanneo al centro de autorizaciones (CAMOYTE), el cual estudia y contesta vía mail el trámite. El centro de autorización al aprobarlo da la orden a una de las droguería asignadas para la entrega de los

productos con una demora de 10 a 15 días. Para el trámite de insulinas y tiras reactivas necesitamos que usted se empadrene en APROSS y luego presente en la farmacia receta amarilla con el carnet de afiliación, la cual será cargada y enviada a la droguería que realiza la entrega de esta medicación. Aclaremos que las insulinas y tiras reactivas no son propiedad de la farmacia, solo se receptan y se entregan a su correspondiente afiliado con una demora de 5 días hábiles.

Cuadro explicativo del proceso



17

Las recetas tienen 30 días de validez desde la fecha que pone el médico cuando las confecciona. Las repeticiones de pedidos se pueden realizar en cualquier sucursal de nuestra farmacia. FARMACIAS LIDER S.A. considera muy importante ayudar a los clientes que atraviesan este momento tan particular, por eso necesitamos que usted realice su parte lo más completa y rápido posible para poder darle una solución en tiempo y forma, además ponemos a su disposición al personal afectado a esta área por cualquier otra duda que pudiera tener.

Por cualquier consulta o duda dirigirse a  
**Farmacia Líder Área Oncolider**  
 Av. Gral. Paz 258 - tel. (0351) 5690170



# Quando los Argentinos hablamos de Hepatalgina todo está dicho: queremos sentirnos bien.

En el año 1933 y bajo el ala del Dr. Liprandi se lanza al mercado Argentino la que a partir de ese momento terminaría por convertirse en una de las marcas más tradicionales de nuestro país: **Hepatalgina**. En 1968 Byk Argentina (actualmente Nycomed S.A.) al adquirir los Laboratorios Liprandi compra la marca.

Hepatalgina es un producto natural, basado en extractos de alcachofa, daucus carota y boldo altamente purificados y utilizados tradicionalmente para favorecer el proceso digestivo.

El exceso de comida y el estrés típico de la vida en las grandes ciudades, son una de las principales causas de los trastornos digestivos. Por un lado el exceso, conlleva a una sobrecarga de sustancias grasas que hacen más difícil la digestión y por el otro, el estrés dificulta la ingesta de los alimentos no solo por no poder elegir la dieta correcta por falta de tiempo, sino también por la falta de masticación y poco líquido consumido.

Los digestivos a base de extractos vegetales, como Hepatalgina, se caracterizan por favorecer la digestión aliviando rápidamente los malestares gastrointestinales que ocasionan las digestiones lentas y difíciles, debido a que refuerzan la secreción biliar (acción colerética) y favorecen su drenaje hacia el tracto digestivo (acción colagoga).

Basada en las bondades del producto y las exitosas campañas de comunicación, Hepatalgina logró posicionarse como la segunda marca farmacéutica más recordada del mercado argentino, ocupando el top of mind del mercado de los hepatoprotectores.

Con el correr de los años pasó de ser un producto asociado únicamente a los trastornos hepáticos, a convertirse en un producto de "estilo de vida", acorde al dinamismo de los tiempos actuales; el consumo del producto ya no solo queda ligado a los excesos de comida, si no también al contexto y estado anímico en el que se haya producido la ingesta.

Luego de mantenerse en el mercado como líder por más de 75 años, **Hepatalgina** apuesta a más y logra sintetizar la esencia de su marca en una sonrisa.

Durante los últimos años **Hepatalgina** repartió su sonrisa por toda la ciudad, empapelando paredes, carteles, autos, vidrieras y marquesinas, para finalmente terminar plasmándola en su nuevo packaging, que no solo propone un estilo alegre, juvenil y renovado de la marca, sino también un estilo lúdico mediante la exhibición de los estuches en las góndolas.

Es que en definitiva con **Hepatalgina**, me siento bien y qué mejor espejo que una sonrisa.

18



Me Siento Bien!



# Várices

Son dilataciones venosas que pueden aparecer en distintos lugares del organismo dando lugar a una patología regional según el sitio afectado. Las que aparecen en las piernas representan un problema muy frecuente y afectan tanto la estética como la salud. La sangre que se dirige desde las piernas hacia el corazón adentro de las venas lo hace en condiciones adversas ya que debe hacerlo contra la fuerza de gravedad. Para vencer esa resistencia el sistema venoso de los miembros inferiores cuenta con algunas propiedades y mecanismos. Uno de ellos, quizás el más importante, es el impulso remanente de circulación de la sangre debido a la fuerza que ejerce la contracción (sístole) del corazón.

No menos importante es la motricidad propia de las venas (tono venoso) lo cual otorga una importante colaboración a la circulación de retorno.

Otro componente fundamental en la circulación venosa son las válvulas. Se encuentran a distintos niveles del trayecto venoso y su estructura hace que se abran para permitir el paso de la sangre hacia el corazón y se cierran para evitar un posible retroceso de la misma.

**La aparición de várices es una consecuencia de diferentes circunstancias entre las que caben mencionar: predisposición hereditaria, sexo femenino, obesidad, embarazo, menopausia, vejez, procesos inflamatorios y la bipedestación propia del hombre.**

Las manifestaciones clínicas son muy variadas dependiendo del estado evolutivo de la enfermedad. En el inicio puede ocurrir que no existan síntomas y solamente se observen pequeños trastornos de tipo cosmético con la aparición de las lla-

madas telangiectasias o retículos venosos. Más adelante la enfermedad puede evolucionar hacia la formación de venas varicosas, edema, cambios dermatológicos y úlceras. El paciente manifiesta pesadez en las piernas, dolor y/o calambres nocturnos.

Frente a una patología venosa se prescriben tratamientos que tienden a disminuir la presión venosa, a mejorar el flujo y el drenaje linfático disminuyendo o eliminando el edema.

El tratamiento habitual utiliza medicamentos que contienen generalmente alguna o algunas drogas derivadas de las benzopironas. Éstas actualmente son sintéticas pero las plantas de donde derivan fueron utilizadas desde la antigüedad. Las benzopironas mejoran el tono venoso y el drenaje linfático habiéndose convertido en la terapia de elección para esta patología. Entre las fórmulas más utilizadas está la que contiene Diosmina y Hesperidina. Esta asociación, en una proporción 90/10, con 450mg de Diosmina y 50mg de Hesperidina ha mostrado en numerosos estudios un efecto terapéutico significativo actuando sobre las diferentes manifestaciones de la enfermedad. El uso de esta asociación aumenta el tono venoso, mejora la contractilidad, disminuye el edema y mejora el drenaje. Todo ello se traduce en una mejoría integral del cuadro clínico con una positiva aceptación por el paciente debido a los beneficios que logra.

# Bayer, el experto en analgésicos, presenta...



**Dolor de cabeza**



**Dolor Muscular**



**Fiebre**



Para mayor información llame al 0800-888-8020 de Lunes a Viernes de 9 a 16 hs.  
Lea atentamente el prospecto, y ante la menor duda consulte a su médico y/o farmacéutico.

 **Bayer**  
Si es Bayer, es bueno.

# Desensyl®

Con Pluronic F-127 - Citrato Disódico - Bifluorado

- ▶ CREMA DENTAL DESENSIBILIZANTE
- ▶ ANTICARIES / ANTIPLACA



PRESENTACION: POMOS MULTILAMINADOS CON 100 GRAMOS.



Gador   
Al Cuidado de la Vida

<http://www.gador.com.ar>

# Terfin

**Poder antimicótico**

**No pierdas tiempo  
con los hongos !**



Para mayor información: 0800-333-ELEA (3532)

[www.elea.com](http://www.elea.com) • [info@terfin.com.ar](mailto:info@terfin.com.ar)

Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda consulte a su médico y/o farmacéutico.

Laboratorio  
**ELEA**