

Av. Gral. Paz 258: D.T Farmacéuticos: Almada Yanina Andrea – M.P. 6423, Ledesma Fabián Darío – M.P. 3873, Gorgetti Marisa Raquel – M.P. 6679

Av. Gral. Paz 526: D.T Farmacéuticos: Vivas Fernanda – M.P. 5688, Gigena Débora María – M.P. 6812, Bustos Eugenia Verónica – M.P. 6455

Santa Rosa 794: D.T Farmacéuticos: Brizuela Celene – M.P. 6613, Hanun Dalila – M.P. 6656, Salto Alejandra – M.P. 6312

Belgrano 66: D.T Farmacéuticos: Giraudo Lorena Vanesa – M.P. 6808, Piazza Tania – M.P. 6865, Curiotti Gabriela – M.P. 5852

Oncativo 1358: D.T Farmacéuticos: Baghin Natalia – M.P. 6782, Moine Cecilia – M.P. 6986, Lorenzino Romina – M.P. 5995

O'Higgins 5845: D.T Farmacéuticos: Pedraza Andrea Del Valle – M.P. 6816, Caro Victor – M.P. 6680, Tiscornia Luciana – M.P. 6920

Av. Rafael Nuñez 4220: D.T Farmacéuticos: Specchiale Viviana – M.P. 4056, Urcelay Gabriela – M.P. 6547

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.

ANO 5 / Diciembre 2011



Cuando el año va cerrando,  
nosotros abrimos nuestra  
séptima sucursal.

Av. Rafael Nuñez 4220  
Cerro de las Rosas

Muchas gracias a todos y  
**felices fiestas!!**





NUEVO

Tamaño Real

# Accu-Chek® Performa Nano

## Diseño innovador. Tecnología insuperable.

**Nuevo Sistema Accu-Chek Performa Nano.**  
**La tecnología se vuelve más pequeña e inteligente.**

- Pantalla retroiluminada de fácil lectura
- Mínima muestra de sangre 0.6 µl
- Rápida medición en sólo 5 segundos

Conózcalo en [www.accu-check.com.ar](http://www.accu-check.com.ar)

Servicio de Atención al Cliente

Accu-Chek® Responde



0800-333-6365

0800-333-6081

Ensayo orientativo para la autodetección de glucemia sin valor diagnóstico.  
Ante cualquier duda consulte a su médico y/o farmacéutico.

**ACCU-CHEK®**

# Felicitaciones Atenas!! Campeón de la Copa Farmacias Líder Grupo C – Liga Sudamericana



ASOCIACIÓN DEPORTIVA ATENAS  
AL  
CAMPEON  
DEL  
CUADRANGULAR CLASIFICATORIO  
DE LA  
16ª LIGA SUDAMERICANA DE CLUBES  
EDICIÓN 2011  
Córdoba, Argentina  
COPA  
FARMACIA LIDER



**100% Cordobesa,  
100% Sponsor Oficial de Atenas**

# En el Día Mundial de la Diabetes, sienta que es posible vivir plenamente

El 14 de noviembre se celebra el Día Mundial de la Diabetes, una fecha en que el mundo entero centra su atención en el trabajo que realizan los profesionales de la salud, los pacientes con diabetes y sus familias, los medios y las empresas, para que todos tomemos conciencia sobre los alcances de una de las patologías con mayor proyección global.

Hoy, tener diabetes tipo 1 o 2 supone la necesidad de hacer mediciones regulares de la glucemia (automonitoreo); registrar esas mediciones para un mayor control, contar con un plan de alimentación adecuado, que contemple una especial atención en la ingesta de carbohidratos y en los horarios de las comidas; aplicarse insulina o tomar la medicación prescrita; y realizar actividad física periódicamente.

Felizmente, en la actualidad, esa rutina diaria que hace a una vida con diabetes bien controlada cuenta con el aporte y soporte que brindan la ciencia y la tecnología aplicadas al tratamiento, que ayudan a mejorar la calidad de vida.

Por ejemplo, con el automonitoreo, uno de los cuatro pilares del tratamiento - medicación, alimentación y ejercicio son los restantes -, tanto los especialistas como las personas con diabetes coinciden en que se gana en libertad, ya que ofrece información que ayuda a entender mejor esta patología y a partir de ahí cada uno puede tomar sus propias decisiones. Además, con esta práctica, se logran prevenir en gran medida las hipoglucemias e hiperglucemias, y eso repercute automáticamente en el bienestar general del paciente.

Este nuevo aporte científico es de sumo valor para todos los profesionales que trabajan con diabetes, ya que el automonitoreo constituye una herramienta

fundamental para el manejo de la diabetes tipo 1 o tipo 2, que requiere administración de insulina.

Por ello, para que el automonitoreo glucémico sea verdaderamente efectivo, se debe seguir una estrategia. Hay pacientes que deben medir sus niveles de glucemia para corregir con insulina, pero, a la vez, la medición es importante para conocer la eficacia del tratamiento.

Sin dudas, parte fundamental de esa estrategia es que las personas con diabetes cuenten con equipos (medidores de glucemia y sistemas de procesamiento de datos) confiables, precisos, cómodos y fáciles de usar, para lograr que se sientan a gusto y se involucren llevando a cabo un control regular, que les permita estar informados sobre el estado de su salud.

Es en este punto donde el médico y el paciente tienen que establecer cuándo deben llevarse a cabo las mediciones. Una vez que se obtienen los datos, el objetivo es analizarlos y tratar de encontrar las áreas donde hay que mejorar el tratamiento: por ejemplo, saber en qué horario se producen las hipoglucemias y cuándo las hiperglucemias, para corregir las conductas y que la persona con diabetes pueda sentirse mejor. Porque, aunque los valores puedan depender de lo que uno comió y de las emociones, existe en general un patrón que se repite y es muy beneficioso conocerlo para conocerse mejor y tratar de sentirse bien siempre.

Productos como los de Accu-Chek pueden vincularse y trabajar en conjunto, y es esa funcionalidad la que provee un beneficio para el paciente y su médico, ya que con los datos obtenidos de las mediciones ambos serán capaces de conocer con mayor precisión el avance del tratamiento.

### Tips para una mejor medición

La licenciada en Nutrición y educadora diabetológica Adriana Bustingorry brinda unos tips para lograr una mejor medición, casi indolora. Bustingorry indica que, con este objetivo, la tecnología patentada por Roche, denominada Clixmotion (Accu-Chek Multiclix punzador), controla los dos factores del dolor: la profundidad de la aguja y el movimiento de temblor de la lanceta en el disparo.

“Lo que hizo Roche fue colocar los ejes o tutoriales en la trayectoria del disparo de la lanceta, con lo cual se minimiza el temblor y disminuye el dolor. Además, es posible regular la profundidad de la aguja, que puede colocarse en 11 posiciones distintas. Por lo tanto, la persona puede ir cambiando la profundidad de la aguja en la medida que va tomando más adherencia a las mediciones”, explica.

### Además:

- Recomienda empezar en tres y cuando se va perdiendo el miedo comenzar a bajar la profundidad del pinchazo, pero con la condición de ejercer una mayor presión, para que la lanceta no pierda profundidad.

- Otra recomendación importante es la de realizar la

medición en el lateral de la yema de los dedos. Para conocer exactamente dónde se debe hacer, se debe trazar una línea imaginaria a la mitad de la yema de los dedos; todo punto que caiga fuera de esa línea es considerado el lateral de la yema. Todos los puntos que están sobre la línea son los de mayor dolor, porque allí se encuentran las terminaciones nerviosas.

- Asimismo, es importante tener en cuenta que cuando se realiza el monitoreo es recomendable que la mano esté por debajo de la línea del corazón. De esta manera se estimula mejor la circulación por la acción de la gravedad. Esto permite una mejor salida de la gota de sangre y así se evita un pinchazo de mayor profundidad.

- La especialista también indica que no es recomendable pasarse alcohol antes de la medición porque puede interferir en el monitoreo. Además, si se estuvo en contacto con alimentos es necesario lavarse las manos con agua y jabón, al igual que si se tienen las manos sucias, para que el monitoreo tenga una mejor calidad.

**ACCU-CHEK® Performa Nano**



NUEVO



Accu-Chek® Performa Nano

Diseño innovador. Tecnología insuperable.

Nuevo Sistema Accu-Chek Performa Nano.  
La tecnología se vuelve más pequeña e inteligente.

- Pantalla retroiluminada de fácil lectura
- Mínima muestra de sangre 0.6 µl
- Rápida medición en sólo 5 segundos

Conózcalo en [www.accu-chek.com.ar](http://www.accu-chek.com.ar)

Servicio de Atención al Cliente  
Accu-Chek® Responde

**0800-333-6365**  
 **0800-333-6081**

ACCU-CHEK y ACCU-CHEK PERFORMA NANO son marcas registradas de Roche. © 2010, Productos Roche S.A.Q. e I.

ACCU-CHEK®

Ensayo orientativo para la autodetección de glucemia sin valor diagnóstico. Ante cualquier duda consulte a su médico y/o farmacéutico.

# Chiacaps®

Cápsulas de aceite de chia **Omega 3**



Las enfermedades cardiovasculares pueden prevenirse si se toman las medidas necesarias para reducir los factores de riesgo.

El riesgo cardiovascular es mayor cuando:

- Tenés colesterol y triglicéridos alto
- Tenés presión alta
- Tenés diabetes
- Tenés sobrepeso
- Tenés 55 años o más
- Tenés antecedentes familiares
- Sos fumador
- Sos sedentario

El colesterol alto es un riesgo para tu corazón y no avisa. Aunque no lo notes el exceso de colesterol puede tapar progresivamente tus arterias. **Chiacaps®** está elaborado a partir de aceite obtenido de la semilla de Chia, una fuente vegetal rica en ácidos grasos **Omega 3**, que ayudan a **reducir** los niveles de **colesterol y triglicéridos**.

**Presentaciones:**

Caja por 30 y 60 cápsulas blandas

**Formas de uso:**

1 a 2 cápsulas por día

**Dudas o consultas:**

**0800-333-3532**

[www.chiacaps.com](http://www.chiacaps.com)



El aceite de semillas de CHIA es una fuente vegetal rica en ácidos grasos **OMEGA 3**, que ayudan a **REDUCIR** los niveles de **Colesterol y Triglicéridos**.



Suplementa dietas insuficientes. Consulte a su médico y/o farmacéutico.

# Desensyl<sup>®</sup>

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>

# El impacto social de la gripe y la importancia de su prevención

A causa de la gripe y sus complicaciones mueren anualmente en Argentina alrededor de 3.600 personas. A nivel mundial, afecta gravemente entre 3 y 5 millones de individuos, de los cuales alrededor de medio millón morirá.

A pesar de esta realidad, la percepción general sobre la gripe es que se trata de una enfermedad inofensiva y muchas veces se confunde con otros cuadros menores como resfrios. Pero se trata de una enfermedad altamente contagiosa, grave y extremadamente frecuente causada por el virus de la influenza que debido a las mutaciones que presenta cada año se recomienda la actualización de la vacunación año a año. Si bien es fundamental tomar medidas de higiene para evitar el contagio, la manera más efectiva de prevención es la vacunación anual.

La época óptima de vacunación es a comienzos del otoño, aunque sino se administra antes no debe descartarse hacerlo una vez avanzado el invierno ya que la actividad más intensa del virus de la gripe se presenta generalmente desde junio hasta principios de septiembre.

## ¿Cuáles son los grupos de riesgo?

En Estados Unidos se recomienda la vacunación universal de todos los mayores de 6 meses de edad y particularmente para:

- Todos los niños de 6 meses a 18 años de edad.
- Adultos a partir de 50 años de edad.
- Personas mayores a 6 meses de edad:

- Con enfermedades crónicas de base:

- Cardiovasculares
- Pulmonares (incluido asma)
- Metabólicas (Ej. Diabéticos)
- Hepáticas.
- Renales

- Residentes de instituciones cerradas.

- Contactos cercanos de niños de 0-59 meses y pacientes con riesgo incrementado de padecer las complicaciones de la gripe.

- Inmunocomprometidos.

- Mujeres que cursen su embarazo durante la temporada de gripe.
- Todos los adultos que quieran reducir el riesgo de contraer la enfermedad o de transmisión a otros.
- Personal de la salud.

Sin embargo, la vacunación es beneficiosa también en los jóvenes y adultos sanos ya que la gripe es una de las principales causas de ausentismo laboral y escolar (promedio 5 días).

Dentro de los grupos de riesgo, las personas con diabetes son tres veces más propensas a presentar un cuadro mortal de gripe o neumonía y tienen alta probabilidad de presentar complicaciones respiratorias. La mejor forma de evitar la gripe es la vacunación del paciente diabético e incluso de su entorno familiar y social, ya que se ha comprobado que la vacunación antigripal en diabéticos es eficaz para prevenir complicaciones y la muerte asociada.

Por otra parte, está demostrado que la vacunación antigripal reduce el riesgo de infarto. Las enfermedades cardiovasculares son la primera causa de muerte en Argentina, donde se estima que ocurren 40.000 infartos por año. Los pacientes con enfermedades cardiovasculares deberían evitar la complicación de contagiarse gripe, ya que cada año el virus de influenza asociado a este tipo de enfermedades provoca considerables tasas de morbilidad y mortalidad: durante las epidemias estacionales de gripe, las muertes por accidentes cerebrovasculares aumentan en 2,5 veces y en 1,8 veces las relacionadas a problemas cardíacos.

La ciencia avanza con tecnologías novedosas que facilitan la administración de las vacunas en personas que pueden tener aprensión a las agujas. Para ellas hay un nuevo sistema de aplicación con microaguja en el mercado de administración intradérmica. Según indican los profesionales de la salud dos de cada tres adultos eligen no vacunarse por miedo a las agujas.

En este sentido, el laboratorio Sanofi Pasteur, división vacunas del grupo Sanofi, desarrolló la primera vacuna antigripal intradérmica (ID) que consta de un innovador sistema de microinyección con una microaguja 10

veces más corta que una aguja convencional, indicada para pacientes adultos de 18 a 59 años.

Gracias a su innovador sistema de microinyección, esta vacuna se administra en la dermis de forma precisa e independientemente de las características del paciente (género, origen étnico o índice de masa corporal).

En un estudio realizado en 2010, el 99% de los pacientes encuestados indicó que la inyección no es dolorosa, que el proceso de administración fue rápido y declaró haberse tranquilizado al ver la aguja corta y fina. Además, brinda seguridad a pacientes y trabajadores de la salud gracias a su sistema de protección que recubre la aguja una vez utilizada para inhabilitarla, lo que previene el riesgo de sufrir accidentes y su reutilización en forma ilícita.

Por su parte, los vacunadores consultados hicieron hincapié en su practicidad para la aplicación y en el beneficio que significa para el paciente; y la totalidad de los médicos que la prescribieron declararon haberse sentido satisfechos de hacerlo por la aceptación de los pacientes, el aumento de las tasas de cobertura y por el innovador diseño del dispositivo.

**PRESENTAMOS**  
la primera vacuna antigripal  
con microaguja.

PORQUE  
EL MIEDO A  
LAS AGUJAS  
YA NO ES  
UNA EXCUSA

PROTECCIÓN EFECTIVA CONTRA LA GRIPE  
con una SIMPLE APLICACIÓN

- Jeringa 10 veces más corta
- 40 % más delgada
- 5 veces menos volumen inyectado

STOP GRIPE VACUNA FRANCESA

SANOFI PASTEUR

Estudio KiteLab Argentina, Octubre de 2010.

# Bueno para nadie

El tabaco gozó de altísima popularidad durante siglos. Más aún, en paralelo con la aparición de la publicidad masiva, su consumo se convirtió en un símbolo de status, poder y placer. Basta recordar la identificación del cigarrillo con mujeres hermosas, señores apuestos y lugares elegantes o la del cigarro habano, que distinguía la imagen de quienes poseían mucho y la pipa, siempre asociada a los intelectuales.

Tanto los que se dejaban seducir por esos mensajes como los que accedían a fumar para demostrar que ya no eran niños ignoraban el camino que los conduciría a la enfermedad y – lamentablemente – a la muerte, por causa del daño que ocasiona el consumo de tabaco.

Molestias que aparecían con relativa rapidez, como la disminución de la capacidad pulmonar; la pérdida del sentido del gusto; las consecuencias negativas sobre la piel y las cuerdas vocales, no fueron suficientes para provocar alarma. Dedos amarillentos por la nicotina, el aroma y el humo de ambientes poblados de fumadores, no alcanzaban para descalificar al tabaco.

Fue necesario que los profesionales de la salud y los organismos especializados tomaran conocimiento del incremento en los casos de cáncer de pulmón y de laringe – entre otros – y del elevado porcentaje de

fumadores que registraban enfermedades cardiovasculares y Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC), para que aparecieran las primeras regulaciones dirigidas a desestimular el consumo.

Las disposiciones del Convenio Marco de la Organización Mundial de la Salud para el Control del Tabaco fueron aplicadas en diversos contextos y lograron resultados significativos. Las estrategias más eficaces en relación a los costos son las políticas públicas dirigidas a la población en general. Por ejemplo, la prohibición de publicidad directa e indirecta del tabaco el aumento de las cargas impositivas, la prohibición de fumar en espacios públicos y lugares de trabajo y la inclusión de mensajes visibles en los envases o “atados”, donde se advierta sobre los riesgos para la salud.

Independientemente de estas medidas sigue siendo necesario que el fumador tome conciencia sobre el daño que ocasiona a quienes comparten su vivienda. El hogar de un fumador está habitado por fumadores pasivos, como los niños.

**El tabaco no es bueno para nadie. Ya no se lo asocia ni al placer ni a la sofisticación. Las acciones de los responsables de la salud pública han hecho posible que se lo mire como un grave y peligroso factor de riesgo para la humanidad.**

UNA NUEVA OPCIÓN  
PARA DEJAR DE FUMAR





**ELISIUM**

Lea atentamente el prospecto y en caso de duda consulte a su médico y/o farmacéutico.

# Consejos para mantener una piel saludable



La piel es el mayor órgano del cuerpo humano. Actúa como barrera protectora que aísla al organismo del exterior, protegiéndolo y contribuyendo a mantener íntegras sus estructuras, al tiempo que actúa como sistema de comunicación con el entorno. Es fundamental su cuidado ya que del mismo no solo depende nuestra salud sino que también nuestra belleza. Por eso, es recomendable tener en cuenta los siguientes consejos:

**Deterioro prematuro:** Dentro del deterioro de la piel está lo que se llama el envejecimiento cutáneo prematuro debido a factores internos y externos:

- Factores externos: se considera que el principal enemigo de la piel es el sol. Tampoco se debe prescindir del mismo, ya que ayuda a la piel a regular la secreción sebácea y a sintetizar la vitamina D entre otras cosas. Un consejo que deriva de lo enunciado es la necesidad de cuidar la piel del contacto con el sol todo el año sea con ropa adecuada como con el uso de protectores solares adecuados para cada tipo de piel, como Adermicina® A Solar, además de mantenerla siempre debidamente hidratada tanto a través de la ingesta de agua como frutas y cremas hidratantes.

- Factores internos: esto principalmente es debido a problemas de alimentación al no llevar una dieta equilibrada en vitaminas. También se puede producir por introducir en el organismo toxinas como las que

ingieren los fumadores o alcohólicos. Queda claro que una alimentación equilibrada que respete los componentes y proporciones de la pirámide alimentaria, así como la hidratación correspondiente ayudarán a lucir una piel más sana y bella. El uso de cremas nutritivas puede contribuir en tal sentido además del aporte de nutrientes como la vitamina A y vitamina E como antioxidante.

**Deterioro biológico:** Es el que se produce por causas naturales y se presenta en forma de arrugas o estrías. **A medida que pasa el tiempo, se pierden, gradualmente tres elementos importantes para la piel:** el colágeno (la fibra proteínica que da firmeza a la piel), lo que provoca que se vuelva más delgada y débil; la elastina, responsable de la elasticidad y los glicosaminoglicanos, que retienen la humedad. Además del sol, el humo del tabaco y de la contaminación, pueden acelerar también el proceso de envejecimiento.

Asesoró División OTC sanofi-aventis

Adaptado de <http://www.nlm.nih.gov/medlineplus> fecha de consulta 07-10-11. Prospectos Adermicina® A Post Solar gel, Adermicina® A Nutritiva y Adermicina® A Hidratante.

Lea atentamente el prospecto y ante la menor duda consulte a su médico y/o farmacéutico. Gerardo Ramón y Cía. S.A.I.C. Comercializado y distribuido por Química Medical Argentina S.A.C.I. División OTC del grupo sanofi-aventis. Línea de atención al consumidor 0800-444-982 (OTC).

Linea  
**Adermicina® A**  
Cuidado y reparación desde la primera letra.

Adermicina® A Crema Nutritiva y Adermicina® A Emulsión Hidratante maximizaron los efectos terapéuticos de las Vitaminas A y E. Sus fórmulas desarrolladas por nuestros especialistas transforman las cualidades regenerativas y antioxidantes de sus principios activos en belleza, permitiéndote lucir una piel atractiva y de naturaleza saludable.

SALUD Y BELLEZA PARA TU PIEL. **SANOFI**

Lea atentamente el prospecto y ante la menor duda consulte a su médico y/o farmacéutico. Gerardo Ramón y Cía. S.A.I.C. Comercializado y distribuido por Química Medical Argentina. S.A.I.C. División OTC del grupo sanofi-aventis. Línea de atención al consumidor: 0800-444-982 (OTC).

# Diabetes gestacional

La Diabetes Gestacional es una alteración del metabolismo de los hidratos de carbono que es reconocida o diagnosticada por primera vez en el embarazo. Es una de las complicaciones más frecuentes. En un estudio que realizamos en la Maternidad Provincial se observó que afecta aproximadamente al 12% de las mujeres embarazadas.

Esta patología es debida a que la producción y secreción de insulina es insuficiente para lograr mantener los niveles de azúcar (glucemia) dentro de los parámetros normales.

Existen mujeres embarazadas con mayor riesgo de tener diabetes gestacional, como ser; sobrepeso antes del embarazo, tener más de 30 años al quedar embarazada, tener antecedentes familiares de diabetes o diabetes gestacional en otro embarazo, antecedente de bebé con un peso mayor de 4 Kg, tener hipertensión arterial, haber tenido un aborto espontáneo o mortinato de manera inexplicada, tener síndrome de ovario poliquístico, glucemia en el primer control del embarazo mayor a 85mg% y el peso de la mamá al nacer alto o bajo. Es en estas mamás donde debemos prestar mayor atención.

Es importante que el obstetra solicite el análisis de glucemia en ayunas en la primera consulta, de ser normal, se realiza entre las semanas 24 a 28 de embarazo la prueba de tolerancia a la glucosa (POTG), en

algunos casos si esta es normal se repite luego de las 31 semanas.

Es fundamental realizar el diagnóstico para poder comenzar lo antes posible con el tratamiento y así evitar los riesgos de complicaciones tanto para la mamá como para el bebé.

**El tratamiento consiste en tres pilares fundamentales:** el plan alimentario, la actividad física (si no esta desaconsejada) y si con esto no se logra los objetivos de tener buen control, se comienza con insulina, que es el único medicamento aprobado en la embarazada para el tratamiento de esta patología.

Quisiéramos destacar la importancia de efectuar la reclasificación posparto que consiste en realizar la (POTG) a las 6 semanas de tener el bebé, ya que existe la posibilidad de que continúe con alguna alteración en el metabolismo de los hidratos.

Se insiste en la importancia de continuar con controles y cuidados ya que tienen mayor posibilidad de desarrollar diabetes tipo 2 en el futuro.

**Maccio Natalia, Medica del Servicio de Clínica Médica de Maternidad Provincial, Medica del Servicio de Diabetes de Clínica Romagosa.**

**Sucani Stella Maris, Medica del Servicio de Clínica Médica de Maternidad Provincial, Medica del Servicio de Diabetes de Clínica Romagosa.**



# Estudiantes, arriba!

Llegan los exámenes y es época en la que hay que prepararse. Se necesita mayor concentración, lucidez, más y mejor capacidad física e intelectual para lograr un mejor desempeño. Como siempre, la naturaleza puede ayudar en esto:

**YERBA MATE:** es una planta utilizada por los indios guaraníes: aseguraban que alienta el trabajo y despierta los sentidos. La combinación de todos sus principios activos: cafeína, teofilina y teobromina le confieren una acción tónica estimulante, aumenta la energía y la vitalidad potenciando el estado de alerta y atención.

**GINKGO:** el Ginkgo Biloba es una planta milenaria de China, Corea y Japón. Las propiedades medicinales de esta planta se deben a la acción conjunta de todos sus componentes. Actúa sobre todo en el sistema circulatorio mejorando tanto la circulación arterial, capilar y venosa. Facilita la oxigenación y el funcionamiento de la actividad cognocitiva y de la memoria.

**GUARANA:** (Paullinia cupana). El nombre fue conferido por los indígenas guaraníes que utilizaban sus semillas para elaborar una bebida tónico estimulante denominada elixir de larga vida. Oriunda de la selva amazónica, las semillas de esta enredadera, tiene en su composición química principalmente cafeína, y algo de

teobromina y teofilina más otros componentes todavía no identificados que en conjunto le dan sus propiedades. Es un estimulante del sistema nervioso central, aumenta el estado de vigilia, mejora la actividad física y la memoria, agiliza el pensamiento y la asociación de ideas.

**GINSENG:** (Panax ginseng): se viene utilizando en forma ininterrumpida por sus propiedades tonificantes desde hace más de 4.000 años por los chinos. Sus efectos afrodisíacos le dieron gran popularidad en los países occidentales, en los que, el estrés, el consumo de tabaco, alcohol y otras drogas, constituyen una agresión contra la potencia sexual. No es un afrodisíaco estricto de la palabra pues su acción no consiste en excitar el deseo sexual sino en mejorar la capacidad y funcionamiento de los órganos genitales. En nuestra fórmula lo hemos incluido porque mejora la resistencia al estrés, aumenta la oxigenación celular y el desempeño (capacidad) física y mental. Previene la fatiga.

**La asociación de estas hierbas con Vitaminas y minerales constituyen una fórmula eficaz e interesante ante situaciones de sobreesfuerzo que producen desgaste físico y mental, y en las que se necesita un aporte extra de elementos bionergizantes en forma totalmente natural.**

Suplemento dietario de extractos secos de Yerba Mate, Guaraná, Panax Ginseng y Ginkgo Biloba con Lecitina de Soja, Magnesio, Zinc y Vitaminas B1, B2 y B6

Atención al consumidor: 0800-444-1NATU (56288) | www.natufarma.com | e-mail: centro@natufarma.com.ar | www.operacionbien.com

Buen color, sana protección.

Bagóvit  
solar



Bagóvit Cuida el futuro de tu piel

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

# Centrum Silver®

## Nuevo multivitamínico y multimineral, para mayores de 50 años

Las vitaminas y minerales son nutrientes esenciales que contribuyen a una vida saludable, es por esto que **Centrum** presenta su nueva fórmula diseñado exclusivamente para personas mayores de 50 años: **Centrum Silver®**. Este novedoso multivitamínico y multimineral ayuda a mantener la vitalidad, la salud visual y la salud de los huesos, como también a reforzar las defensas del cuerpo.

El cuerpo necesita de diversos micronutrientes para funcionar a diario. Cada una de las vitaminas y de los minerales tiene un papel específico y son esenciales para el mantenimiento y las reparaciones que el organismo necesita todos los días. Dado que la mayoría de estas sustancias no son producidas por el cuerpo naturalmente, pueden obtenerse de alimentos o suplementos.

**La fórmula completa de Centrum Silver® cuenta con un complejo de vitaminas minerales necesarios para ayudar a:**

**Mantener la vitalidad:** contiene mayores niveles de vitaminas del complejo B, que ayudan a promover el metabolismo energético.

**Reforzar las defensas del cuerpo:** contiene mayores niveles de antioxidantes como Betacaroteno, vitamina C y E, además de Selenio y Zinc, que son importantes para mantener las defensas saludables.

**Mantener la salud visual:** contiene mayores niveles de antioxidantes como las vitamina A, C y E, y además contiene Luteína, que puede reducir el riesgo de catarata y degeneración macular, que son enfermedades oculares asociadas al envejecimiento.

**Mantener la salud de los huesos:** contiene Vitamina D, Calcio y Fósforo, que son necesarios para una buena salud ósea.

**Las vitaminas presentes en Centrum Silver® son:** Vitamina A, Betacaroteno, Vitamina D2, Vitamina E, Vitamina K1, Vitamina C, Acido fólico, Vitamina B1, Vitamina B6, Vitamina B2, Niacinamida, Vitamina B12, Acido pantoténico, Biotina. **Los minerales son:** Calcio, Fósforo, Yodo, Hierro, Magnesio, Manganeso, Cromo, Cobre, Malibdeno, Potasio, Selenio, Zinc, Luteína. **Importantes para una buena nutrición y para mantenerse saludable.**



**NUEVO**

**Centrum**  
MULTIVITAMÍNICO - MULTIMINERAL  
**SILVER VL**  
Fórmula completa de la A al Zinc

**Centrum**  
MULTIVITAMÍNICO - MULTIMINERAL  
**SILVER VL**  
Fórmula completa de la A al Zinc

**Centrum**  
MULTIVITAMÍNICO - MULTIMINERAL  
**SILVER VL**  
Fórmula completa de la A al Zinc

**Para mayores de 50 años™**

Pfizer Consumer Healthcare Wyeth

LEA ATENTAMENTE EL PROSPECTO Y ANTE LA MENOR DUDA CONSULTE A SU MÉDICO Y/O FARMACÉUTICO. (1) DOCUMENTO DEL PRODUCTO. Ing. E. Bully 275 piso 7° - IC1001AFA Buenos Aires ¿Consultas? ¿Comentarios? informaciocentrum@pfizer.com

# Omega 3 Aceite de pescado

## ¿Qué son los omega 3?

Los Omega 3 de aceite de pescado son necesarios para el normal crecimiento, desarrollo y óptima función del organismo en especial el cerebro y el corazón.

## ¿Cuáles son los beneficios de omega 3?

Ayudan a mejorar la calidad de vida.  
Ayudan a proteger el sistema cardiovascular.  
Ayudan a disminuir la posibilidad de stress.  
Ayudan a mejorar el sistema inmunológico.  
Ayudan a prevenir futuros infartos.  
Ayudan a reducir los triglicéridos y mejorar la relación HDL/LDL.

## ¿Por qué hay que consumir omega 3 todos los días?

El organismo no produce omega 3, por lo tanto, es necesaria su incorporación a través de la alimentación en base a pescados o suplementos dietarios a base de aceite de pescados.

Una cápsula de 1 gramo diario de Omega 3 de aceite de pescado es suficiente en personas aparentemente sanas. En personas con problemas cardíacos, las

dosis diaria se incrementa y es necesaria su consulta al médico.

## ¿Qué diferencias hay entre la dieta mediterránea y la dieta occidental?

Los países de occidente tienen en su alimentación dosis elevadas de OMEGA 6 (carnes, verduras) que también son importantes para el organismo pero deben mantenerse en relación de 5 (omega 6) a 1 (omega 3). Estudios demuestran que la relación OMEGA 6 / OMEGA 3 es mucho mayor (20 a 1 respectivamente y hasta mayor) que la necesaria y esto se debe al déficit de consumo de pescado que hay en el mundo occidental. Los primeros estudios de omega 3 se hicieron sobre esquimales, los cuales tenían una muy baja mortalidad a través de enfermedades cardiovasculares.

## ¿Qué diferencia hay entre consumir cápsulas de omega 3 y el omega 3 que hay en los productos lácteos?

Principalmente las porciones. Son muy reducidas cuando están dentro de productos lácteos como yogurt, quesos o huevos. La dosis recomendada de omega 3 es no menor a 1 gramo diario.



**NUEVO**

Omega 3 • Suplemento dietario a base de aceite de pescado

**REGULIP**  
1000

vivi más, vivi mejor

**Beneficios de los OMEGA 3**

- Ayudan a mejorar la **calidad de vida**.
- Ayudan a proteger el **sistema cardiovascular**.
- Ayudan a disminuir la **posibilidad de stress**.
- Ayudan a mejorar el **sistema inmunológico**.
- Ayudan a prevenir **futuros infartos**.
- Ayudan a reducir **triglicéridos** y mejorar la **relación HDL/LDL**.

RAFFO

Suplemento dietario insuficiente. Consulte a su médico y/o farmacéutico.

# Nuevas recomendaciones en técnicas de inyección de insulina

## ¿Qué técnica empleamos según el tamaño de la aguja?

El último Consenso de Técnicas de Inyección realizado en Atenas en el año 2009 recomienda el uso de agujas cortas para toda la población de diabéticos que se insulinizan, independientemente de su peso corporal. Considerando que existe una gran variedad de tamaños de agujas disponibles, se realizaron algunos lineamientos que muestran la adecuada técnica de inyección a emplear, para asegurar un mejor control glucémico, evitando así hipoglucemias relacionadas con las inyecciones intramusculares.

### Resumen de las Recomendaciones

Grupo de pacientes	Largo de la aguja	Con pellizco**	Ángulo de inyección
Niños y adolescentes	4, 5 y 6 mm 8 mm (jeringa)*	Si	90° con 4 y 5 mm 45° con 6 y 8 mm
Adultos	4, 5 y 6 mm (obesos incluidos) 8 mm (jeringa)*	Si Si ≥ 8 mm	90° con 4 y 5 mm 45° con ≥ 8 mm

\* La aguja más corta disponible (comercializada) con jeringas es de 8mm, también este largo se presenta para lapiceras.

\*\* Niños, personas delgadas y aquellos que se inyectan en muslos o brazos deberían utilizar pellizco o inyectar con una inclinación de 45° para reducir el riesgo de IM.

Es importante lograr una técnica de pellizco correcta, ya que un pellizco incorrecto elevaría masa muscular pudiendo realizar una inyección en el músculo y causando posibles hipoglucemias (la absorción de la insulina en músculo es más rápida).

Para realizar un pellizco correcto, levantar el pliegue con dos o tres dedos, despegando la grasa del músculo.

Correcto



Incorrecto



Basado en el Tercer Workshop de Técnicas de Inyección de Atenas (I.I.T.A.N) - Septiembre de 2009. - <https://www.em-consulte.com/articulo/267935>

## BD Micro Fine™ +

AGUJAS PARA LAPICERAS

BD líder mundial en el cuidado de la diabetes.

Mejorá el control y sentí la diferencia.

Según estudios clínicos las aplicaciones con agujas de 5 mm disminuyen el dolor y el riesgo de hipoglucemia por aplicaciones incorrectas.<sup>1</sup>

1. Strauss K, Hannel I, McGonigle J, Parkes JL, Ginsberg B, Jamal R, Frid A: Ultra-short (5mm) insulin needles: trial results and clinical recommendations. Practical Diabetes Int 1999; 16: 218-221.  
Lea atentamente las instrucciones de uso. Ante la menor duda consulte a su médico. Producto médico aprobado por la ANMAT PM - 634-22.

BD - Argentina ☎ 0800-44455BD (23) - Montenegro 1402 - Capital Federal ✉ diabetes\_argentina@bd.com - www.bd.com

**Medidas:**  
BD Micro-Fine 31G x 5 mm  
BD Micro-Fine 31G x 8 mm  
BD Micro-Fine 30G x 8 mm  
BD Micro-Fine 29G x 12,7 mm

**Otros productos:**  
Jeringas BD Ultra - Fine  
Lancetas BD Ultra - Fine  
Paños BD Alcohol Swabs

# Tu cuerpo y tu mente en su máximo potencial



Complejo Específico de Vitaminas y Minerales

**Complejo B / Vitamina C / Calcio / Magnesio**



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

seguinos en 

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

Para mayor información llame al 0800-888-8020 de Lunes a Viernes de 9 a 16 hs.



# Regenerar la piel

Las arrugas, la aparición de estrías y la pérdida de la tonicidad son problemas que se reflejan en la piel de todas las mujeres, sobre todo a partir de los 30 años. Generalmente este tipo de afecciones en la epidermis provoca molestias y falta de confianza en quienes las sufren pero no presentan un riesgo para la salud.

Las arrugas son pliegues que se generan en la piel y están asociados con los cambios en la estructura de la epidermis provocados por la edad. Asimismo, existen varios factores ambientales que ayudan a acelerar la aparición de las arrugas en la piel: la exposición frecuente y prolongada a los rayos del sol y el humo del cigarrillo son sólo algunos de ellos.

Por otra parte, las estrías, también conocidas como marcas por estiramiento o estrías gravídicas o atróficas, son surcos muy similares a líneas que se presentan en la piel cuando la persona posee algún tipo de enfermedad o simplemente crece o aumenta de peso.

Es así como las estrías son de rápida asociación con el embarazo, momento en que el abdomen se agranda y la piel puede verse tensionada si no se toman los cuidados necesarios. En una primera instancia la estría se muestra de un color rojizo mientras que con el tiempo va tomando una tonalidad blancuzca, casi perlada y con apariencia de cicatriz.

Con el advenimiento de las arrugas y las estrías la piel pierde tonicidad y se vuelve más fina provocando flaccidez. Este afinamiento de la capa más superficial, la epidermis, ocasiona cambios en la coloración de la piel transformándola en más pálida y transparente. Estos cambios reducen su elasticidad y resistencia. También las glándulas sebáceas disminuyen su producción de aceite por lo que se vuelve más complejo mantener la humedad de la piel. Esto da como resultado sequedad y picazón.

## Cuidados para una piel sana:

Existen muchas formas de prevenir las arrugas y estrías en la piel así como restaurar la pérdida de tonicidad de la epidermis:

- Evitar la exposición prolongada al sol en horarios dañinos y sin la protección solar adecuada.
- Alejarse del humo del tabaco y en caso de ser fumadora, intentar dejar ese hábito.
- Cuidar la piel diariamente con cremas que ayuden a estimular la regeneración dérmica eliminando así las líneas, arrugas y estrías y devolviéndole a la piel la firmeza perdida.

**PRIMER SISTEMA DE REGENERACIÓN DÉRMICA**

**FIRMEZA CORPORAL**  
REAFIRMA Y TONIFICA LA PIEL

**JUVENTUD CORPORAL**  
DESVAÑECE VISIBLEMENTE LAS ARRUGAS

**ANTI-ESTRIAS**  
DESVAÑECE LAS ESTRIAS Y EVITA SU APARICIÓN

**Cremas Corporales Cicatricure®**

**NUEVAS**

El hallazgo científico que puede **cambiar la edad de tu piel**

SUNSTAR



**Nueva Familia de Cepillos Technique**

Ayuda a mejorar la técnica de cepillado.



**Technique Deep Clean**



Cepillo con cerdas ultra cónicas para una limpieza profunda.

**Technique Sensitive**



Cepillo con cerdas ultra suaves para dientes y encías sensibles.

**Technique Complete**



Cepillo con cerdas anguladas para una óptima limpieza interdental.

**NUEVOS**

**Usar hilo dental nunca fue tan fácil!!!**

Horquetas con hilo dental, desechables. Present. 40 unid.  
Ayudan a combatir la placa dental y prevenir la gingivitis.



Textura suave ultra deslizante para espacios interdenciales estrechos.



Cubierta de Vitamina E y Flúor: para encías sanas y dientes más fuertes.

www.GUMbrand.com

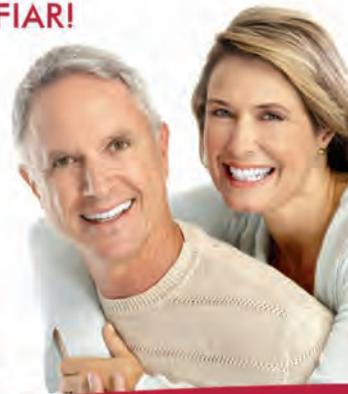
Recomendada por odontólogos.

**Protefix®**

Para las prótesis dentales



AHORA  
HABLAR, SONREIR Y MASTICAR  
ES MÁS SEGURO  
¡VOLVÉ A CONFIAR!



www.protefix.com.ar

Calidad Alemana  
Importa y Distribuye Sunstar Argentina.

La primera y única  
que proporciona alivio  
instantáneo y duradero  
+ blanqueamiento suave.

COMPRANDO 1  
CREMA DENTAL\*



LLEVATE  
1 CEPILLO  
GRATIS

\*Crema dental Colgate Sensitive Pro Alivio 110 g.  
Cepillo dental Colgate 360 Sensitive Pro Alivio

Colgate



LA MARCA #1 RECOMENDADA POR ODONTÓLOGOS

dermaglós



Protege todo lo que hacés bajo el sol.



**Nuevo!**

Llegó la evolución de Evatest



 **Fácil lectura**

Evatest Signos es el 1<sup>er</sup> test de embarazo que muestra los resultados en signos evitando así errores de interpretación:  Positivo  Negativo

 **Resultados 4 días antes**

Puede ser utilizado hasta 4 días antes de la fecha estimada de menstruación.

 **Sin recipientes**

Se realiza directamente en orina.

**Fácil de hacer. Fácil de leer.**

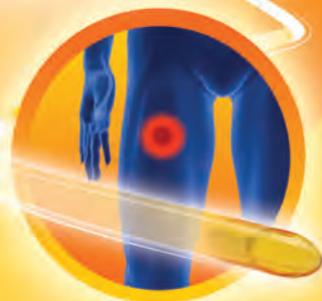
0800-333-4272  
[www.evatest.com](http://www.evatest.com)

**ELEA**

Todo el poder de Voltaren®  
ahora en cápsulas blandas de rápida acción.



**Voltaren® Dolo**



**Alivio rápido y efectivo del dolor.\***

**Voltaren® Dolo**  
**Diclofenac potásico**

**NOVARTIS**

Novartis Argentina S.A. Ramallo 1851 (C1429DUC), Buenos Aires, Argentina.

Lea atentamente el prospecto y ante la menor duda consulte a su médico y/o farmacéutico. Estos productos son de venta libre y están disponibles en farmacias.

\*Kienzler J., Gold M, Hug AM, Fotopoulos G. Comparative bioavailability of diclofenac-potassium (K) 2x125 mg liquid capsules vs. diclofenac-potassium 2x125 mg tablets; 36th German Rheumatology Congress, 24-27 September 2008, Berlin, Germany.