

DICIEMBRE 2007

infoLÍDER

INTERÉS POR NUESTRA GENTE

**MEDICIÓN DE GLUCEMIA
CONFIABLE**

DISPEPSIA

**EL CUIDADO DE LA PIEL
AL SOL**

CONJUNTIVITIS

MAGNESIO Y SALUD

REVISTA 4 / AÑO 1 / 2007



Farmacia Líder / Av. Gral. Paz 258: D.t. Farmacéuticos: Almada Yanina mp. 6423 / Ledesma Fabián mp. 3873.
Farmacia Líder / Av. Gral. 526: D.t. Farmacéuticos: Bustos Eugenia mp. 6455 / Lorenzino Romina mp. 5995.
Farmacia Líder / Belgrano 39: D.t. Farmacéuticos: Peñaloza Claudia mp. 5004 / Vivas Fernanda mp. 5688.
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.

Líder
FARMACIAS

AL CUIDADO DE SU FAMILIA

**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
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 - Accu-Chek Performa. El sistema para la medición de glucemia confiable.
- Página 4* Laboratorio Natufarma - GINSENG: La planta que tonifica.
- Página 5* Laboratorio Wyeth - La alimentación es un pilar esencial para lograr una vida saludable.
- Página 6* Laboratorio Andrómaco - Alivio efectivo ante el ardor y la picazón. Para los más chicos.
- Página 7* Laboratorio Nycomed - Dispepsia.
- Página 8* Laboratorio Gramón - El cuidado de la piel al sol.
- Página 9* Laboratorio Novo Nordisk - Como prevenir la Diabetes Mellitus tipo 2.
- Página 10* Bausch & Lomb - Sobre las Conjuntivitis.
- Página 11* Laboratorio Elisium - La maduración neurológica.
- Página 12* Laboratorio Elea - Anticoncepción.
- Página 13* Laboratorio Sandoz - Sobre el colesterol.
- Página 14 y 15* Laboratorio Elea - Micosis superficiales: Un agente oportunista que afecta a la piel.
- Página 16 y 17* Laboratorio Lagos - Celulitis.
- Página 18* Laboratorio Temis Lostaló - Magnesio y Salud.
- Página 19* Laboratorio Casasco - Piernas Pesadas.

STAFF

DIRECCIÓN GENERAL: DIEGO TISCORNIA / IGNACIO COMBINA

DISEÑO GRÁFICO: NICOLÁS CARRACEDO / PURAMENTE – COMUNICACIÓN PUBLICITARIA

IMPRESIÓN: EDITORIAL COPIAR

INFOLÍDER ES UNA PUBLICACIÓN PROPIEDAD DE FARMACIAS LÍDER

AÑO 1 – NRO. 4 – DICIEMBRE 2007

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.

Accu-Chek Performa

EL SISTEMA PARA LA MEDICIÓN DE GLUCEMIA CONFIABLE Y LIBRE DE PREOCUPACIONES.

Es claro hoy que las personas con diabetes necesitan realizar controles constantes de sus glucemias. En ese sentido el automonitoreo es una herramienta fundamental que permite a médicos y pacientes trabajar juntos en la búsqueda del equilibrio de los valores que aseguren el mejor futuro para las personas con diabetes mellitus.

No obstante cuando algo aparentemente simple como tomar muestras de sangre para medir la glucemia se convierte en una rutina que es llevada a cabo muchas veces al día, cada pequeño detalle que contribuya a evitar dolor y facilitar el uso se convierte en importante y puede marcar la diferencia para los usuarios.

Roche, a través de sus productos Accu-Chek, ha investigado y desarrollado por más de 30 años, dispositivos para el autocontrol de la glucemia que colaboran para que las personas con diabetes tengan cada vez una mejor calidad de vida.

Entonces, **¿cuál es la buena noticia?**

La unidad Diabetes Care de Productos Roche lanza al mercado un sistema para el autocontrol de la glucemia que ofrece características únicas de comodidad, facilidad de uso y confiabilidad de sus resultados.

Accu-Chek Performa el sistema inteligente en el que puede confiar

La precisión es decisiva en la medición de la glucemia. Pero los valores obtenidos pueden variar por toda clase de factores externos.

Según Hugo Grimal, Ejecutivo de Cuentas de Roche Diabetes Care, "El sistema Accu-Chek Performa es parte de una nueva generación de medidores de glucemia y hará más fácil la vida de las personas con diabetes.

El sistema ha sido diseñado para corregir factores externos y así obtener precisión en los resultados fácilmente. Un claro ejemplo de ello son las nuevas tiras reactivas Accu-Chek Performa las que gracias a su tecnología de

seis electrodos de oro permiten realizar un extenso chequeo de variables que podrían interferir en una correcta lectura de los valores de glucemia. Estos chequeos se ejecutan automáticamente cuando es encendido el medidor y finalizan al momento de arrojar el resultado de glucemia. Entre otros factores realiza un análisis de posibles efectos de la temperatura, la humedad ambiente y la cantidad de sangre aplicada. En este último caso si el usuario colocó una cantidad insuficiente de sangre permite agregar una nueva gota dentro de los cinco segundos evitando tener que descartar la tira reactiva.

Accu-Chek Performa está siempre atento para asegurar valores de glucemia confiables".

Accu-Chek Performa

La tranquilidad de un automonitoreo confiable y preciso

La temperatura es revisada directamente en el extremo de la tira, donde se lleva a cabo la reacción para la medición de glucemia. El sistema Accu-Chek Performa esta preparado específicamente para compensar los efectos de la temperatura y la humedad ambiente en la composición química de la tira reactiva.

La tecnología de Accu-Chek Performa también permite una medición confiable en situaciones de alta exigencia. Se obtienen resultados confiables en un rango de temperatura que oscila entre 6°-44°C, una humedad ambiente entre 10-90% y una altitud de hasta 3.094 metros.

Accu-Chek Performa

Diseñado para alcanzar una medición confiable

Cada envase de tiras reactivas Accu-Chek Performa incluye un chip de codificación automática.

Este se coloca en el medidor. Una vez encendido codifica y valida la medición de glucemia en el sistema.

La información almacenada en el chip de codificación automática está diseñada para asegurar una medición confiable.

Accu-Chek Performa

La seguridad en primer lugar

El sistema Accu-Chek Performa incorpora una alarma de hipoglucemia configurable.

POR SERGIO SILVANI

El usuario puede programarla y en caso de obtener una lectura de glucemia baja el Sistema alertará mediante una señal visual y sonora que se podría estar en presencia de una hipoglucemia.

Además incorpora cuatro alarmas configurables que el usuario puede utilizar para recordar por ejemplo cuando debe efectuar sus mediciones de glucemia.

Accu-Chek Performa está siempre atento aun cuando el usuario no.

Accu-Chek Performa

La medición de la glucemia virtualmente libre de dolor

Según la licenciada Irene Andreucci de Productos Roche, "Las personas asocian el autocontrol de la glucemia con un pinchazo que produce molestias y dolor, pero esto dejó de ser así.

El sistema Accu-Chek Performa incorpora el digitopunzador Accu-Chek Multiclix que permite una obtención de la muestra prácticamente indolora".

Accu-Chek Multiclix

Un nuevo giro en la punción digital

Este digitopunzador incorpora 6 lancetas dentro de un tambor plástico, de modo que las personas no deberán manipular las lancetas en ningún momento. Esta característica lo hace especialmente interesante para aquellos usuarios que tienen aprensión a las agujas. Asimismo este sistema está desarrollado con una tecnología patentada llamada Clixmotion® que disminuye la vibración de la lanceta evitando dañar tejido innecesariamente, reduciendo significativamente la sensación percibida.

Por otra parte Accu-Chek Multiclix permite seleccionar la profundidad de punción en 11 niveles diferentes,

adaptándose así a los distintos tipos de piel. "Una vez que la persona encuentra la regulación apropiada para ella, solo experimentará una suave sensación al obtener una muestra de sangre. Esto constituye un gran avance para la calidad de vida de las personas con diabetes" concluye la licenciada Andreucci.

Accu-Chek Performa

Transmisión infrarroja para convertir datos en información

Cuando se efectúa una medición de glucemia con el sistema Accu-Chek Performa esta queda almacenada en la memoria del dispositivo con la fecha y la hora correspondiente. El sistema Accu-Chek Performa permite almacenar hasta 500 mediciones de glucemia.

El sistema Accu-Chek Performa permite transmitir en forma infrarroja la información a una computadora y elaborar gráficos de tendencia que permiten establecer patrones de comportamiento de las glucemias según los días, los horarios y muchas otras variables.

De esta forma los usuarios pueden interpretar cabalmente como los hábitos y la adherencia al tratamiento tiene correlato con el comportamiento glucémico.

Accu-Chek Performa

Tecnología en la que podés confiar

"Lamentablemente aún no tenemos una cura para la diabetes, dice Hugo Grimal de Roche Diabetes Care, pero si podemos colaborar ofreciendo herramientas para que las personas con diabetes tengan cada vez una vida con mayor calidad, en plenitud y libertad. Ese es nuestro objetivo, y con Accu-Chek Performa estamos un paso más cerca de alcanzarlo".

**Nuevo
medidor
de glucemia**



NUEVO

**ACCU-CHEK®
Performa**

Tecnología en la que podés confiar



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. Libremente.

GINSENG: LA PLANTA QUE TONIFICA

El nombre de ginseng deriva del término chino runsheng que significa raíz con forma de hombre, por su extraordinario parecido.

Es una planta originaria de China, Indochina, Corea, Vietnam y Japón.

La parte botánica utilizada es la raíz. Existen comercialmente dos variedades: una blanca, oficial de la farmacopea europea y una roja, oficial de la farmacopea japonesa.

La primera está desprovista de corteza mientras que la segunda la conserva. Ésta, al ser tratada con vapor caliente para evitar el ataque de hongos y bacterias, toma un tono rojizo.

Se utiliza desde hace más de 4000 años en China por sus propiedades tonificantes. Sus efectos afrodisíacos le han dado una gran popularidad en los países de occidente, en los que el estrés, el tabaco, el alcohol y otras drogas, constituyen una agresión contra la potencia sexual.

Los principios activos de la raíz son de una gran complejidad química, a tal punto que aun hoy no ha sido posible sintetizarlos. Se los denomina ginsenósidos y químicamente son glucósidos esteroides de las saponinas triterpénicas.

Acciones y usos: chinos y coreanos reverencian al ginseng como si fuera la fuente de la juventud. Consideran a esta hierba como un tónico, porque tonifica la piel y los músculos, mejora el apetito y restaura la energía sexual.

La Comisión E (grupo de científicos que asesora al gobierno alemán acerca de las hierbas

medicinales) aprueba al ginseng como un tónico que combate la sensación de fatiga, debilidad y falta de energía.

El ginseng ejerce una acción adaptógena estimulando el Sistema Nervioso Central, incrementando la resistencia inespecífica a las enfermedades y con una acción antiestrés adaptando el organismo a los esfuerzos físicos y psíquicos.

Posee efectos antidepresivos y ansiolíticos (elimina la ansiedad) y favorece la actividad mental, aumentando la capacidad de concentración y memoria.

Mejora además el rendimiento atlético, pero es necesario consumirlo por lo menos durante un mes para obtener resultados. La acción del ginseng es lenta pero acumulativa. Sus efectos se empiezan a notar a partir de la segunda o tercera semana de iniciado el tratamiento.

Se recomienda tomarlo durante dos a tres meses y descansar uno a dos meses antes de iniciar otro ciclo de tratamiento.

Indicaciones del GINSENG CON VITAMINA E CORMILLOT

Indicado como:

- Tónico para el fortalecimiento y fortificación en casos de fatiga y debilidad.
- Mejorador de las defensas contra agresiones del ambiente.
- Protector celular y para prevenir el envejecimiento prematuro.
- Mejorador del rendimiento físico e intelectual.

Nueva línea de suplementos dietéticos

CormilloT

Otros productos de la Línea Cormillot



GINSENG
con vitamina E

Para mejorar el rendimiento físico e intelectual



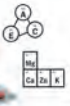
GINKGO
con ácido fólico,
vitaminas y minerales
Evita la reducción del
rendimiento intelectual



MAGNESIO
con ginseng
Controla
la fatiga muscular



POLIVITAMÍNICO
con minerales
Exigencias deportivas
o intelectuales



LA ALIMENTACIÓN ES UN PILAR ESENCIAL PARA LOGRAR UNA VIDA SALUDABLE

Para mantener una “buena nutrición”, la dieta debe ser suficiente, aportando todos los nutrientes en cantidades necesarias y adecuándose a los requerimientos del cuerpo.

Los nutrientes son productos químicos de origen orgánico e inorgánico presentes en los alimentos. Se clasifican en **Macronutrientes y Micronutrientes**.

Dentro del primer grupo encontramos: Hidratos de Carbono, Proteínas y Grasas.

El grupo de los “**Micronutrientes**” está formado por **VITAMINAS y MINERALES**; éstos se encargan de regular el correcto funcionamiento de todo el organismo.

Las **VITAMINAS** son sustancias que controlan los diferentes procesos metabólicos. Es fundamental incorporarlas a través de la dieta y complementarla con la ayuda de complejos multivitamínicos. Un comprimido diario de **Centrum** aporta 13 vitaminas, satisfaciendo los requerimientos vitamínicos del organismo. Generalmente se identifican con las letras del alfabeto y podemos destacar las siguientes:

- **VITAMINA A:** previene los defectos de la visión; interviene en el desarrollo óseo y dentario, y mantiene la integridad de la piel, mucosas y tejido nervioso.
- **COMPLEJO B (B1, B2, B3, B6, B12):** participan en el crecimiento, respiración de los tejidos, en el metabolismo de carbohidratos y aminoácidos, y en la formación de glóbulos rojos.
- **ÁCIDO FÓLICO:** ayuda a reducir el riesgo de defectos del nacimiento que afectan el cerebro y la espina.
- **VITAMINA C:** necesaria para la formación y protección de estructuras intracelulares. Facilita la absorción del hierro y actúa como antioxidante.
- **VITAMINA D:** interviene en el metabolismo del calcio y el fósforo (desarrollo de huesos y dientes).
- **VITAMINA E:** previene la esterilidad, retrasa el envejecimiento y controla las enfermedades relacionadas con la edad.
- **VITAMINA K:** interviene en la coagulación de la sangre, ya que se trata de un factor antihemorrágico.

Los **MINERALES** son sustancias que se encuentran en los alimentos, y distribuidos en el cuerpo, principalmente en la estructura ósea. Un comprimido diario de **Centrum** aporta 17 minerales, satisfaciendo los requerimientos minerales del organismo.

Dentro del grupo de los minerales, es importante destacar:

- **CALCIO Y FÓSFORO:** los dos son fundamentales para la formación y protección de huesos y dientes.
- **HIERRO:** es vital para la formación de glóbulos rojos.
- **MAGNESIO:** regula el latido cardíaco, las contracciones musculares y las transmisiones nerviosas.
- **COBRE:** participa en la función cerebral, en el metabolismo del hierro, el bienestar óseo y la síntesis de proteínas.
- **CROMO:** interviene en el metabolismo de la glucosa y puede reducir el colesterol.
- **MANGANESO:** ayuda al metabolismo de proteínas y grasas. Usado para la formación de energía.
- **SELENIO:** es antioxidante y es necesario para el uso del yodo en el metabolismo de hormonas tiroideas.
- **ZINC:** forma parte de varias hormonas vitales, incluyendo la insulina. Ayuda en la reparación de heridas y es un factor importante para mantener el sistema inmunológico sano.

Las vitaminas y minerales, en cantidad y calidad adecuadas, son imprescindibles para lograr un óptimo estado de salud. **Centrum complementa adecuadamente tu alimentación, dándole 13 vitaminas y 17 minerales esenciales, para mantenerte saludable y activo.**



Vive de la A al Zinc

El más completo de la vitamina **A** al **Zinc**

Para disfrutar del deporte por completo, una buena alimentación es muy importante. Centrum, te ayuda a reponer las vitaminas y minerales que tu cuerpo necesita para mantenerte saludable y activo, sin engordar.

Vive el deporte de la A al Zinc.

Wyeth
Consumer Healthcare

e-mail: consultascentrum@wyeth.com

Es una forma de incorporar las vitaminas y minerales que necesitas diariamente y que tu dieta no te aporta. Ante cualquier duda consulte con su médico y/o farmacéutico. Lea atentamente el prospecto.

ALIVIO EFECTIVO ANTE EL ARDOR Y LA PICAZÓN, ¡PARA LOS MÁS CHICOS, UN VERANO SIN PICADURAS!

Disfrutar del aire libre pudiendo aliviar en los niños las picaduras y el ardor, es una de las preocupaciones de los padres en toda época del año. Para que las picaduras en los chicos dejen de ser un problema, **Prurisedán en crema o loción** es el alivio pediátrico para las picaduras de insectos, reacciones alérgicas a diversas plantas y a pelos de animales domésticos, a diversas irritaciones de la piel y a quemaduras de sol. Además de proteger la piel agredida, posee una mejor y más rápida absorción ofreciendo un efecto refrescante.

Prurisedán se encuentra disponible en el mercado y se ofrece en dos presentaciones: loción y crema. Es un producto esencial para el botiquín de todos los hogares, indicado especialmente para niños.

Es un producto desarrollado por Laboratorios Andrómaco, especialista en productos para la piel.

“Los niños son los más proclives a ser picados por insectos, más aún en verano que están mayor tiempo al aire libre, por eso **Prurisedán** ofrece un rápido alivio al ardor y la picazón, brindándole tranquilidad a la madre debido a su eficacia y permitiéndole al niño volver a jugar al aire libre inmediatamente” sostiene Patricio Giralt, Gerente DE Mkt OTC de Lab. Andrómaco.

Prurisedan loción, viene en un práctico envase con pico vertedor que facilita su aplicación dosificando la cantidad exacta de producto y se aplica en forma circular en la zona irritada. **Se presenta en:**

- loción incolora x 60 ml.
- clásica loción rosa x 60 ml.
- crema rosa x 30gr.

Ante cualquier consulta se ofrece una línea de comunicación gratuita:

080666-PIEL (7435), o por mail a piel@andromaco.com

Acerca de Laboratorios Andrómaco

Laboratorios Andrómaco, líder en el cuidado y la terapia de la piel. Es una empresa farmacéutica argentina con ochenta años de actividad ininterrumpida en el país. Su gerenciamiento está a cargo de un equipo profesional conducido por miembros de la familia fundadora. Desde sus inicios, siguen fieles a sus principios de dar apoyo al cuerpo médico y paramédico del país, en su diaria labor profesional, acercándoles productos y servicios de alta calidad y eficacia, bajo una cultura orientada al servicio. En el exterior, Laboratorios Andrómaco comercializa sus productos en Uruguay y Paraguay a través de empresas independientes.



DISPEPSIA

Se acercan las fiestas de fin de año y con ellas las cenas, despedidas y eventos en donde habitualmente nos excedemos con la comida.

Cuando comemos comida pesada o en forma abundante solemos sentir un malestar estomacal, como producto de la dispepsia.

¿Qué es la dispepsia?

La dispepsia es un malestar persistente o recurrente centrado en la parte superior del abdomen, que se presenta en general con la ingesta de la comida y suele estar acompañada de dolor.

La prevalencia anual de dispepsia en EEUU y otros países occidentales es de aproximadamente el 25 % pero, si se le incluye en la definición de dispepsia a la acidez, la prevalencia asciende al 40 % de la población.

¿Cuáles son las causas de la dispepsia?

Más de la mitad de los casos de dispepsia tiene su origen en trastornos funcionales, es decir que no obedecen a una patología orgánica subyacente. El resto se debe principalmente a lo que se denomina enfermedad por aumento de la secreción ácida gástrica (reflu-

jo gastroesofágico, enfermedad ulcerosa).

EL EXTRACTO DE ALCACHOFA COMO OPCIÓN TERAPÉUTICA.

El aumento de la información sobre el potencial terapéutico del reino vegetal ha propiciado la investigación y el desarrollo de nuevos preparados a base de plantas, donde la selección de sus ingredientes se realiza en los laboratorios farmacéuticos bajo normas estrictas de calidad.

Profesionales especializados preparan y validan las formulaciones a base de diversas especies vegetales, dando lugar a una nueva terapéutica capaz de satisfacer las necesidades que la farmacología moderna reclama en aspectos importantes como la prevención y el tratamiento.

Además de cuidarnos con las comidas, una forma de evitar este malestar es tomando un hepatoprotector antes o después de ellas.



Me Siento Bien!

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



Gotas x 60 y 150 ml

Comp. x 10 y 25

EL CUIDADO DE LA PIEL AL SOL

La belleza y elegancia que proporciona una piel bronceada conduce, muchas veces, a exposiciones indiscriminadas y peligrosas a los rayos ultravioletas. El envejecimiento prematuro de la piel, las alteraciones de la pigmentación, las alergias y el aumento de la incidencia del cáncer de piel son el resultado de esas conductas.

LAS RADIACIONES SOLARES

La radiación solar emite 5% de radiaciones ultravioletas (U.V.). Estas radiaciones pueden dividirse a su vez en:

Ultravioletas A: Penetran profundamente en la piel y son las que dan lugar al bronceado estético. A largo plazo pueden producir efectos nocivos tales como arrugas, manchas y cáncer de piel.

Ultravioletas B: Son las que originan las quemaduras solares: enrojecimiento, hinchazón, ampollas, engrosamiento de la piel y algunos tipos de cáncer de piel, contribuyendo poco al bronceado.

Ultravioletas C: Son extremadamente peligrosos, pero la capa de ozono evita que alcancen la superficie de la tierra. Actualmente la disminución de dicha capa los torna más peligrosos.

RESPUESTA CUTÁNEA A LA RADIACIÓN SOLAR

La piel cuenta con las células (melanocitos) capaces de fabricar un pigmento protector (melanina) que actuando como un filtro, absorbe las radiaciones. Cuando nos exponemos al sol, los melanocitos comienzan a producir melanina rápidamente y en mayor cantidad que lo habitual. Además, la piel es capaz de neutralizar moléculas altamente reactivas (radicales libres), que se forman al exponerse al sol y que, por acumulación, favorecen la aparición de arrugas.

PANTALLAS ANTISOLARES

Las pantallas impiden en mayor o menor

grado, el paso de los rayos U.V.B. y U.V.A., y están destinadas a las personas que por las características de su piel u otros factores no pueden exponerse al sol sin correr riesgos.

ELECCIÓN DE UN PRODUCTO ANTISOLAR

Cada individuo tiene diferente nivel natural de protección, de acuerdo con su tipo de piel y requiere distinto tipo de protección. Las pantallas con alto FPS se aconsejan para los niños y los adultos con piel muy sensible y/o antecedentes de cáncer de piel, para uso en lugares tropicales o para quienes experimentan alteraciones orgánicas debido a la exposición al sol. Cuando existan dudas, es más seguro utilizar un producto con mayor FPS y productos resistentes al agua, que mantienen su FPS aún después de 40 minutos de inmersión.



LOS NIÑOS Y EL SOL

Todos los niños tienen requerimientos especiales de protección y deben usar pantallas solares. Las zonas más delicadas son la nariz, los labios, orejas, mejillas, espaldas y parte posterior de las rodillas. Si juegan en el agua, una pantalla solar resistente al agua es una elección segura para protegerlos.

Los menores de seis meses no deben exponerse a las radiaciones UV porque su piel está aun en desarrollo y no es capaz de producir melanina. Si se los protege con un FPS alto, empezando a los seis meses y a través de la adolescencia, las posibilidades de daño por radiaciones solares se reducen significativamente.

Fuente: Laboratorios Gramón.



Adermicina A
Solar

La piel más linda es la más sana

COMO PREVENIR LA DIABETES MELLITUS TIPO 2

La **DIABETES** es una enfermedad metabólica crónica que se produce por una insuficiente secreción o alteración en la acción de una hormona denominada **insulina**, que se define y diagnostica por la presencia de elevados niveles de glucosa en sangre.

Las últimas décadas han demostrado un incremento sustancial en el número de personas que padecen esta enfermedad. Se estima que la cantidad crecerá desde 150 millones de diabéticos del año 2000, hasta 220 millones en el año 2010, y se calculan alrededor de 300 millones la población de diabéticos en el 2025.

A partir de estas cifras, resulta ineludible tratar de aplicar medidas en relación a la prevención de ésta enfermedad, teniendo en cuenta no sólo la carga económica que representa, sino también sus complicaciones a largo plazo y la mortalidad registrada en éstos pacientes.

La prevención debe comenzar desde la infancia, dado el importante avance en las cifras de obesidad en niños y adolescentes, por lo cual se recomienda mejorar su régimen alimentario como también su actividad física, recordando que las conductas se aprenden mejor cuando las practican los adultos cercanos.

Ahora bien, cuales son los individuos con mayor riesgo de padecer DIABETES:

- Aquellos pacientes con familiar en primer grado diabéticos.
- Aquellos pacientes con sobrepeso u obesidad, principalmente la denominada obesidad central, o visceral.
- Mujeres con antecedentes de trastornos en el embarazo como hipertensión arterial, diabetes gestacional, recién nacidos con peso elevado (mayor a 4 Kg.)
- Menores de 45 años con cardiopatía isquémica (infartos) y/o hipertensión arterial.
- Pacientes con alteraciones en los niveles de colesterol (elevados triglicéridos, o bajos niveles de HDL, colesterol "bueno").

- Tabaquismo.
- Escasa actividad física (sedentarismo).

Como dijimos en un principio la **DIABETES** es una enfermedad crónica, lo que significa que mientras más joven la adquiera, más temprano puede verse afectado por los riesgos a largo plazo. Por lo cual, si usted se encuentra en riesgo de contraer ésta enfermedad, existen medidas tendientes a evitar ó retrasar el desarrollo de la **DIABETES** en su organismo.

MANTENGA UNA DIETA ADECUADA:

Su alimentación habitual debe ser baja en grasas y sal, controlada en los carbohidratos (panes, harinas, almidones, etc.). Prefiera el pollo (sin piel) o el pescado antes que las carnes rojas, y los productos de grano entero a las harinas refinadas (consume arroz integral en lugar del arroz blanco, y pan integral en vez de pan blanco). Consuma abundantes vegetales y frutas de estación.

LOGRE EL PESO ADECUADO:

Si usted tiene sobrepeso y más aún obesidad, con ayuda de su médico, comience una actividad física regular, que le permita disminuir de peso en forma lenta y gradual.

CONSULTE CON SU MÉDICO:

Por lo menos una vez al año, realice un examen para detectar elevados niveles de glucosa sanguínea. Es simple, no toma mucho tiempo y puede brindarle tranquilidad y protección.

DR. ALEJANDRO E. MORERO
Servicio de Diabetología y Nutrición.
Sanatorio del Salvador.
Esp. Clínica Médica.

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



SOBRE LAS CONJUNTIVITIS

ALGUNOS TEMAS:

La conjuntivitis, es una inflamación de la conjuntiva; "ojos rojos" y bajo esta denominación gral. se incluyen un grupo de enfermedades que la originan.

La mayoría son autolimitadas, otras pueden evolucionar con serias complicaciones oculares y extraoculares...

Las conjuntivitis pueden ser agudas o crónicas, infecciosas o no infecciosas.

Las causas más comunes son:

- Inducidas por medicaciones tópicas.
- Alergia.
- Infecciones: virales, bacterianas, clamidias.
- Irritativas (producidas por el lente de contacto, cuerpos extraños, pestañas).
- Causas oculares: ojo seco, blefaritis.
- Tóxicas/químicas.

Es la causa mas frecuente de la practica oftalmológica.

Si bien la mayoría no causan perdida visual o daño estructural severo, el riesgo de las complicaciones agudas y crónicas oculares (aumento de presión ocular/glaucoma, enfermedades de superficie/ojo seco) se incrementó actualmente en nuestro medio, debido al auto-diagnóstico y a la automedicación; por cuanto, el manejo diagnóstico y terapéutico, debe ser realizado por un oftalmólogo.

Conjuntivitis inducida por medicaciones tópicas

La medicación tópica, incluida aquellas para tratarlas, pueden ser la causa de la inflamación conjuntival, exacerbarla y convertirla en un ojo rojo crónico.

El paciente con conjuntivitis que presenta los síntomas típicos de ardor, irritación, lagrimeo, sensación de arenilla, molestia a la luz (fotofobia), puede no notar al principio que el colirio que se coloca provoca los mismos sintomas y signos (congestión de los vasos conjuntivales y

secreciones) ya que estos quedan enmascarados, se incluyen y empeoran el cuadro clínico, apareciendo, en la conjuntiva (foliculos, papilas) y en la cornea (queratitis: ulceraciones infiltraciones y opacidades).

La causa más frecuente es debida a los conservantes de los colirios, sumada a veces a una hipersensibilidad del paciente.

El colirio además del principio activo (medicamento) tiene el conservante que funciona para evitar la contaminación bacteriana del mismo.

Si bien, las concentraciones son las recomendadas, el tiempo de utilización de los mismos, hace que se acumulen y que sean tóxicos y o alérgicos dañando la conjuntiva la cornea y las lagrimas.

Cloruro de Benzalconio / Clorhexidina / Clorobutanol / Thimerosal / Parabenes / Organomercuriales, Poliquad / Cetrimida / Oxiclорados / Sorbato de Potasio.

De ellos el sorbato de potasio, es el más inocuo, es el indicado para pacientes con ojos sensibles y en los que requieren medicación tópica crónica, como en el glaucoma o en el ojo seco.

La calidad de la elaboración y el cumplimiento de las buenas prácticas de elaboración de los colirios ordenadas por la OMS, inciden en la buena tolerancia de los mismos. No todos son iguales.

Los antibióticos utilizados en la conjuntivitis bacteriana aguda, que actúan sobre las bacterias que más frecuentemente la producen, son la tobramicina, la eritromicina, y el ácido fusídico, estos dos últimos recomendados, en las infecciones externas en los lactantes y niños.

El vehículo de los colirios incide en el cuidado de la conjuntiva y la buena tolerancia de la medicación, la aparición del ácido hialurónico, que previene el ojo seco, como vehículo, ayuda a mejorar los síntomas agudos y prevenir la aparición de los efectos deletéreos sobre la superficie externa.




LA MADURACIÓN NEUROLÓGICA

La gran diferencia entre los seres humanos y los demás seres es el desarrollo de su sistema nervioso, aquella maravillosa posibilidad de pensar, crear y aprender. Igual que para el desarrollo físico de una persona adulta, los bebés necesitan una alimentación adecuada para el crecimiento de su sistema nervioso. El aumento de las dimensiones del sistema nervioso va acompañado por un aumento de sus funciones, al principio reflejas y luego voluntarias, integradas y más complejas. A esta evolución se la llama desarrollo neurológico psicomotor y va a ser observada por el médico en todos los controles.

A continuación se detallan algunos pequeños avances que van logrando los bebés gracias al crecimiento de su sistema nervioso.

DESARROLLO PSICOMOTOR

Nacimiento / mes 1: El bebé succiona. Cierra los ojos ante una luz intensa. Parpadea ante un ruido fuerte. Mira la luz y la cara de la mamá. Cierra los dedos de la mano cuando se hace presión sobre la palma. Vocaliza sin llorar ("¡Ajó!"). Ya levanta la cabeza del plano de la cama.

Mes 2: Sonríe y chilla espontáneamente. Rueda en la cama.

Mes 3: Sigue con la mirada. Puede juntar las manos y sostener la cabeza. Se apoya en los antebrazos. Sostiene el sonajero.

Mes 4: Mira quién pasa. Trata de alcanzar objetos. Si se lo pone de pie, sostiene su peso.

Mes 5: Toma un juguete y se resiste a que se lo saquen. Sostiene la cabeza cuando se lo sienta y la gira si una voz le habla.

Mes 6: Juega a las escondidas, busca objetos y los cambia de manos. Ya se sienta sin apoyo.

Mes 7: Recoge cosas poniendo la mano en forma de rastrillo. Empieza a agarrar cosas con el pulgar y el índice. Ya puede sentarse solo y pararse con apoyo. Vocaliza "papá" y "mamá", pero sin referirse a ellos. Es tímido con extraños. Con familiares juega a imitar movimientos de las manos.

Mes 8: Golpea los juguetes, comienza a caminar agarrado a los muebles.

Mes 9: Hace la pinza pulgar-índice para agarrar cosas.

Mes 10: Tira la pelota. Indica lo que quiere sin llorar y toma en taza. Dice "papá" y "mamá" y sabe quién es quién. Se para momentáneamente sin apoyo.

Mes 11: Se agacha y se levanta. Dice tres o cuatro palabras.

Mes 12: Comienza a garabatear y a caminar solo.



ANTICONCEPCIÓN

La búsqueda de un método para prevenir un embarazo no deseado es, probablemente, tan antigua como la Historia y se conocen algunas formas de prevención desde tiempos remotos. De hecho, en Egipto utilizaban primitivos preservativos masculinos. Cada época utilizó los métodos y conocimientos disponibles, no siendo inusual encontrar mitos y leyendas que eran tomadas como verdades y así utilizadas por la población. Desde tiempos muy lejanos era conocido el coito interrumpido, el condón (hecho de distintos materiales antes de conocido el látex), el diafragma (utilizando “capuchones” de diferentes especies y texturas) y el uso de algunas plantas con poder anticonceptivo o abortivo.

A medida que progresaron los conocimientos sobre la fisiología de los órganos genitales, su participación en la reproducción, así como sus relaciones con algunas glándulas de secreción interna, especialmente la hipófisis, se produjeron avances en el desarrollo de métodos para la prevención del embarazo. Esto permitió la descripción de diferentes alternativas como el “método de abstinencia sexual” que considera evitar las relaciones sexuales en los días que se consideran “fértiles”, el uso de la lactancia como un método de anticoncepción, la colocación de distintos tipos de dispositivos intrauterinos (DIU), las “esponjas” para uso intravaginal y las diferentes alternativas hormonales (inyectables, implantes, anillos vaginales, parches y orales).

Otros métodos usados incluyen el ya mencionado coito interrumpido, el condón (masculino o femenino), los espermicidas, y la cirugía (ligadura de trompas y vasectomía).

Un concepto aceptado universalmente establece que la elección del método debe ser una decisión de la pareja y no una imposición del médico. La función del profesional es hacer conocer, a quien solicite anticoncepción, los diferentes métodos a los que puede acceder y las ventajas y riesgos de cada uno.

A esto se le denomina “consejería” y se considera una de las más importantes pautas en anticoncepción. En muchas oportunidades el

éxito, entendido como cumplimiento y permanencia dentro del método elegido, depende del conocimiento, oportunidad de acceso y aceptación por la pareja.

Si el médico en estas circunstancias tiene un papel muy importante, no es menor el rol del farmacéutico. Es un hecho que el farmacéutico es, probablemente, el primer consultado por la población general en temas de salud.

También la participación del Estado es fundamental.

La ley Nacional N° 25673/02 en su artículo primero crea el “Programa Nacional de la Salud Sexual y Procreación Responsable” y en su artículo segundo señala, entre otros objetivos, “Alcanzar para la población el nivel más elevado de salud sexual y procreación responsable con el fin de que pueda adoptar decisiones libres de discriminación, coacciones o violencia”.

“Disminuir la morbilidad materna infantil”, “Prevenir embarazos no deseados”, “Promover la salud sexual de los adolescentes”, “Contribuir a la prevención y detección precoz de enfermedades de transmisión sexual, de VIH / SIDA y patologías genital y mamaria” y, como dice en el inciso f, “Garantizar a toda la población el acceso a la información, orientación, métodos y prestaciones de servicios referidos a la salud sexual y procreación responsable”. Por su parte el artículo tercero establece: “El programa está destinado a la población general, sin discriminación alguna”.

Podría decirse que la educación sexual de la población, la activa participación del Estado, la formación continua de médicos, farmacéuticos y auxiliares de la medicina es el mejor camino para evitar los riesgos individuales y sociales de un embarazo no deseado, una de cuyas peores consecuencias es el aborto ilegal.

Dr. Jorge D. Ibáñez
Director Médico
Laboratorio ELEA



ELEA

DIVISION
SALUD FEMENINA

Tenemos un anticonceptivo al alcance de cada mujer.

SOBRE EL COLESTEROL

El colesterol es una sustancia suave, cerosa y parecida a la grasa que se encuentra en el torrente sanguíneo y en todas las células de su cuerpo. Es normal tener colesterol.

Es una parte importante de un organismo sano ya que se utiliza para producir membranas celulares y algunas hormonas, y es importante en otras funciones esenciales del organismo. Sin embargo, demasiado colesterol en la sangre es un riesgo importante para las enfermedades coronarias, que pueden desembocar en un ataque al corazón. También es un factor de riesgo para los accidentes cerebrovasculares (ataques al cerebro). La "hipercolesterolemia" es el término empleado para los altos niveles de colesterol en la sangre.

Usted obtiene el colesterol de dos maneras: Su organismo produce una parte y el resto viene en los productos animales que consume, como carnes rojas, aves, pescado, huevos, mantequilla, queso y leche entera. Los alimentos provenientes de las plantas; como frutas, verduras y cereales; no contienen colesterol.

Algunos alimentos que no contienen productos animales pueden contener ácidos grasos trans, que pueden hacer que su organismo produzca más colesterol. Los alimentos con grasas saturadas también hacen que el cuerpo produzca más colesterol.

El colesterol y otras grasas no se pueden disolver en la sangre. Deben transportarse de y hacia las células por acarreadores especiales llamados lipoproteínas.

Existen dos tipos que necesita conocer:

Las lipoproteínas de baja densidad (LDL) conocidas como el colesterol "malo". Demasiado colesterol LDL puede tapar sus arterias, lo que aumenta su riesgo de tener un ataque al corazón o un accidente cerebrovascular.

Las lipoproteínas de alta densidad (HDL) conocidas como el colesterol "bueno". Su organismo produce el colesterol HDL para su protección. Este acarrea el colesterol lejos de sus arterias. Los estudios sugieren que los altos niveles del colesterol HDL reducen los riesgos de un ataque al corazón.

Para mantener el justo equilibrio del **colesterol**



MICOSIS SUPERFICIALES: UN AGENTE OPORTUNISTA QUE AFECTA A LA PIEL

Además de la piel bronceada, el verano suele dejar en nuestro cuerpo, algunas señales indeseables.

Las dermatomicosis, son microorganismos de carácter oportunista y hacen su aparición en los casos de inmunodeficiencia, stress, transpiración excesiva, diabetes, etc.

Se requería disponer de nuevos agentes terapéuticos que inhiban su desarrollo y su crecimiento, reinstaurando la integridad cutánea de manera rápida y completa ya que la piel agredida, es la defensa mayor frente a los agentes infecciosos que nos rodean en la vida cotidiana.

Los hongos, se clasificaron originariamente, en el reino vegetal y ahora se consideran y clasifican como un reino aparte.

Son eucariotas (núcleo real con membrana nuclear) y pueden ser uni o multicelulares. Su pared celular contiene quitina y sus membranas celulares contienen ergosterol como su mayor esteroide. No contienen clorofila.

Pequeñas manchas y una leve picazón, pueden estar anunciando un problema muchas veces difícil de resolver.

Pueden causar infecciones crónicas, persistentes y recidivantes.

Las dermatomicosis, aparecen frecuentemente con el calor y la humedad.

Estos agentes infecciosos, han generado resistencia a los antimicóticos de uso habitual, lo que ha permitido su supervivencia y su mayor agresividad.

Para combatirlos, era necesario armarse de paciencia, pero actualmente están disponibles nuevos agentes terapéuticos que inhiben el desarrollo, son funguicidas y tienen altos índices de cura clínica y erradicación microbiológica, esta es la razón por la cual la integridad cutánea se reinstaura y volvemos a tener una protección rápida y eficaz.

¿Qué son las Micosis Superficiales?

Los hongos son microorganismos. Algunos de ellos pueden infectar los espacios interdigitales de manos y pies. También los pliegues y

cualquier zona que les permite aprovechar la oportunidad de sobrevivir.

El hongo, también se instala bajo la uña donde encuentra un sitio seguro que lo protege mientras se desarrolla. Es por eso, que es tan difícil su eliminación. Esto se debe a que las medias y los zapatos mantienen los pies en un ambiente oscuro, tibio y húmedo, condiciones ideales para el desarrollo de los hongos.

Las micosis, pueden ser gatilladas por el stress, en muchos casos el origen es emocional, por lo cual la medicación carece de efecto.

Es común que con la depresión aparezcan micosis.

La micosis que afectan la piel, son más fáciles de curar y pueden eliminarse de una a cuatro semanas; contrariamente aquella que comprometen la uña, suele llevar meses de tratamiento con medicamentos orales y tópicos.

Las micosis superficiales, más frecuentes son la tiña interdigitalis y la tiña versicolor. Los hongos que producen intertrigos, son altamente contagiosos, por autoinoculación, por contigüidad en la misma persona y pueden contagiarse de una persona a otra, ya que pueden vivir en lugares en los que normalmente el aire está húmedo, como vestuarios y baños, donde las personas están descalzas. También pueden propagarse mediante el uso compartido de alicates o limas de uñas. El hongo puede también extenderse de una uña infectada a las uñas de los dedos vecinos.

¿Que son las tiñas interdigitalis o del pliegue interdigital de los pies?

Se observan entre los dedos de los pies. Especialmente entre el cuarto y el quinto dedo. Esto se debe a que esta zona preserva por la disposición anatómica mayor humedad. El contagio se da en aquellos lugares húmedos donde alguien haya depositado escamas de piel con hongos.

El Pie de atleta es la más común de todas las micosis.

Es causada por un hongo que se reproduce fácilmente en la piel humana. Se localiza en la planta del pie, causa lesiones rojizas y escozor. Se caracteriza por provocar resacamamiento y posterior descamación de la piel.

El uso de jabones que destruyen las defensas naturales de la piel, la diabetes o enfermedades que comprometen la circulación sanguínea, el uso de ropas o zapatos muy apretados, disminución de las defensas inmunológicas, uso de ropas sintéticas, uso exagerado de todo tipo de esponjas ya que disminuye las defensas naturales de la piel son factores de riesgo predisponentes.

Terbinafina spray y crema al 1%.

Está actualmente indicado para el tratamiento de las tineas pedis, corporis, capitis y cruris.

Los tratamientos existentes hasta la fecha eran de larga duración, lo que ocasionaba abandonos y las consiguientes recidivas.

Las nuevas formulaciones de Terbinafina al 1%, aplicadas durante 1 semana, han demostrado en diferentes estudios clínicos ser tan eficaces como los tratamientos convencionales aplicados durante 4 semanas, lo que es causa frecuente de abandonos, resistencia y recidiva de la enfermedad.

¿Que es la tiña versicolor o pitiriasis versicolor?

El causante de este tipo de micosis es el pitirosporum ovale. Este hongo vive en las zonas seboreicas de nuestro cuerpo. Principalmente en pecho y espalda.

Esta infección puede extenderse uniformemente y ocasionalmente, las lesiones pueden unirse afectando porciones muy extensas de la superficie corporal. Las nuevas formulaciones de Terbinafina al 1%, son particularmente adecuadas para tratar grandes zonas corporales por su facilidad de aplicación. Diversos estudios clínicos han demostrado su elevada eficacia con solo 1 semana de tratamiento.

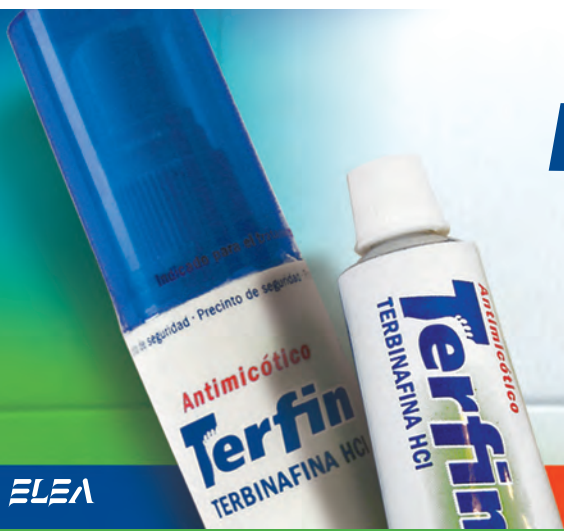
Diversos ensayos clínicos han demostrado la eficacia de las formas tópicas de Terbinafina, también puesta de manifiesto en los estudios comparativos con otros antimicóticos de uso habitual. Debido a la acción fungicida de Terbinafina, un tratamiento de 1 semana es absolutamente suficiente en todas sus indicaciones.

Hasta ahora, ningún otro tratamiento antimicótico disponible permitía un tratamiento tan corto. Los tratamientos convencionales duran de 2 a 4 semanas, debido al mecanismo de acción fungistático de los principios activos contenidos en estos preparados convencionales por lo tanto, deben ser aplicados durante un período de tiempo suplementario a fin de limitar el riesgo de recidivas.

Los tratamientos de larga duración, exigen mucha perseverancia por parte del paciente lo que dificulta la administración regular al mismo y por tanto no siempre se obtienen los resultados esperados.

Un periodo más corto de tratamiento mediante las formas tópicas de Terbinafina, la droga más efectiva para los dermatofitos, mejoran la adherencia por parte del paciente de manera decisiva.

Del grupo de las dermatomicosis, la tinea pedis y la pitiriasis versicolor tiene especial importancia debido a su alta prevalencia en la población joven y su alta tasa de recidivas.



Terfin

Poder antimicótico

CELULITIS

DEFINICIÓN

Desde el punto de vista médico esta denominación es inadecuada pero se acepta por haber sido consagrada por el uso. Son más adecuadas las denominaciones de: paniculitis, lipodistrofia, dermopaniculitis.

DESCRIPCIÓN

Muchas veces se asocia a la obesidad, pero es indistinta de ella. Es una enfermedad propia del sexo femenino. Se caracteriza por una acumulación de grasa especial, en la parte inferior del cuerpo. Es tan frecuente que se ha llegado a decir que el 90% de las mujeres la padecen o la padecerán.

ETIOLOGÍA

Es una enfermedad que no está producida por un solo factor, sino por una concatenación de circunstancias que se inician por trastornos microcirculatorios.

CAUSANTES

1-Genético-constitucionales, con predisposición a flebopatías: constitución ginoide.

2-Factores mecánicos: hiperlordosis.

3-Factores hormonales femeninos acentuados en la pubertad, embarazo, menopausia o toma de anticonceptivo. A veces, hipotiroidismo o bien otras disendocrinias.

4-Factores agravantes: digestivos, sedentarismo, estrés, sobrealimentación y tóxicos como el alcohol y el tabaco

FORMAS CLÍNICAS

- **Tipo I:** Celulitis compacta, de consistencia dura, dolorosa y frecuente en jóvenes deportistas y no obesas.

- **Tipo II:** Celulitis blanda, frecuente entre mujeres de más de 40 años, con flaccidez cutánea. No es dolorosa y se mueve con la postura como un flan.

- **Tipo III:** Celulitis edematosa. Coincide con signos manifiestos de insuficiencia venosa o linfática. La piel presenta un mal aspecto y la zona es dolorosa.

TIPOS DE CELULITIS

Aunque la celulitis se puede mostrar de distintas formas en las mujeres, esta dolencia se puede agrupar en clases que nos ayudarán a identificar cuál es la nuestra:

Celulitis generalizada:

Aparece exclusivamente en mujeres obesas,

con hábitos alimentarios desequilibrados. Comienza en la pubertad y con el aumento de la edad los factores suelen ser cada vez más desfavorables. Los trastornos se incrementan lo que ocasiona importantes cambios estéticos.

Celulitis localizada.

Las celulitis localizadas originan fenómenos dolorosos, las zonas donde muestra preferencia son las piernas, el abdomen, las nalgas, los tobillos, la parte inferior de la espalda, la parte superior de los brazos, la parte superior de la espalda justo de bajo de los hombros.

Este tipo de celulitis se la observa en la pubertad y en jóvenes de 16 a 20 años, en casos especiales hasta los 35 años. Cuando aparece en las mujeres adultas, ellas refieren haber tenido piernas con importante adiposidad localizada.

Desde los inicios se encuentra el signo de "Piel de Naranja".

Síntomas:

- Dolor, sensación de pesadez y "síndrome de piernas cansadas".
- Edema importante.
- Dificultad en la movilidad.
- Dolor espontáneo y provocado.

Celulitis dura:

Se observa este tipo de celulitis generalmente en deportistas o bailarinas con tejidos firmes y bien tonificados. Se evidencia por la prueba del pellizcamiento con aparición de "Piel de Naranja".

Debido a una mala nutrición y oxigenación, la capa epidérmica es delgada y de aspecto seco y rugoso. Por eso, en general, coincide con la aparición de estrías a consecuencia de la ruptura de las fibras elásticas de la piel.

Este tipo de celulitis no presenta dolor espontáneo ni provocado.

Celulitis flácida:

Es típica en personas sedentarias o aquellas que alguna vez fueron activas y ya no las son. También se presenta en personas que han sido sometidas a distintos tipos de tratamiento, en donde han subido y bajado de peso bruscamente.

En síntesis:

Este tipo de celulitis se observa como consecuencia del sedentarismo o bien en aquellas mujeres que siempre hicieron gimnasia y luego abandonaron la práctica de dicha actividad física.

También se presenta en pacientes sometidas a tratamientos dietéticos con posterior recuperación del exceso de peso.

Síntomas de este tipo de celulitis:

- Escaso tono muscular que produce deformaciones, zonas que se hundan o aplastan a la menor compresión.
- Al caminar se aprecia balanceo de la masa celulítica.
- "Piel de naranja" a simple vista.
- Fatiga permanente.
- Debilidad general.
- Mareos y tendencia a la hipotensión.
- Nerviosismo.
- Insomnio.
- Frecuentemente asociada con: varices, varicosidades, edemas blandos con retención de líquidos.

Celulitis edematosa:

Se encuentra en mujeres de todas las edades, pero es más frecuentes en jóvenes y adolescentes. En mujeres de edad suele presentarse como piernas gruesas. Se localiza principalmente en los miembros inferiores y la piel presenta a simple vista la típica piel de naranja.

PREGUNTAS FRECUENTES

¿Existen diferentes tipos de piel de naranja?

Se debe diferenciar la piel de naranja reciente de la ya instalada:

- La piel de naranja reciente no se encuentra siempre relacionada con un problema de sobrepeso y es fácil de suprimir.
- La piel de naranja ya instalada: las fibras de colágeno comprimen los vasos, de ahí la retención de agua y formación de edema. Incluso pueden comprimir las terminaciones nerviosas, produciendo dolor al pinzamiento.

¿La piel de naranja se encuentra realmente ligada a un problema de peso?

No. No está forzosamente relacionada con un problema de peso. Mas del 90% de las mujeres tienen piel de naranja. En efecto, las hormonas femeninas son responsables. Es un problema que afecta a todas las

mujeres, incluso a las más delgadas. Para la gran mayoría de las mujeres, las grasas tienden más a almacenarse localmente que a eliminarse. La piel de naranja se produce por un desequilibrio entre la fabricación y la eliminación de las grasas.

¿Es importante tener un buen hábito de vida?

Para actuar sobre la piel de naranja, es muy importante -por supuesto- controlar la alimentación, evitando una ingesta excesiva de grasas, sal y azúcares de absorción rápida (bollería...) y tomar alimentos ricos en fibra (frutas y verduras).

Se debe practicar un ejercicio suave y aeróbico (bicicleta, natación, pasear...).

No utilizar prendas ajustadas, ni tacones muy altos.

Evitar el estrés y el insomnio.

¿Cuáles son las etapas en la vida de una mujer que favorecen más su formación?

Son los momentos en los cuales la actividad hormonal de la mujer se encuentra sometida a variaciones:

En la pubertad, debido a los estrógenos, los tejidos grasos se desarrollan en algunas zonas típicamente femeninas (caderas, glúteos, vientre, muslos).

Durante el embarazo, la cantidad de estrógenos aumenta, y se puede formar la piel de naranja.

En la menopausia, ocurre que algunas mujeres que nunca tuvieron piel de naranja anteriormente, la empiezan a tener.

¿La piel de naranja es hereditaria?

Sí. El factor genético juega un papel fundamental en la aparición de la piel de naranja.

QUE EL SOL NO RESALTE LAS IMPERFECCIONES DE TU PIEL

NIO MARINE gel

Contiene principios activos para combatir celulitis y adiposidades localizadas. Gel de óptima tolerancia, fácil absorción. Permite el masaje suave actuando como "carrier" de extractos de algas marinas, extractos vegetales y cafeína.



ANTICELULÍTICO, LIPOMODELADOR CON CAPTADOR DE GLUCOSA.

Algas marinas (Rhodosterol), Fucus, Hedera Helix (Hiedra), Centella Asiática, Cafeína.

Aplicar diariamente sobre la zona afectada con masaje de suave a energético.

MAGNESIO Y SALUD

El Magnesio es un elemento químico de estructura similar al Calcio, que se encuentra presente en los tres reinos de la naturaleza: mineral, vegetal y animal.

Papel del Magnesio

El Magnesio es necesario para el funcionamiento de más de 300 enzimas (proteínas que regulan las reacciones químicas que ocurren en el organismo), incluyendo varias que participan en el metabolismo de los hidratos de carbono así como en la síntesis de proteínas y ácidos nucleicos.

El Magnesio es también necesario para la transmisión neuromuscular, la actividad muscular, la mineralización ósea y la función de la hormona paratiroidea o parathormona (PTH), siendo su presencia importante para la secreción y acción de la misma.

Es activador de numerosas enzimas, estabilizador de la molécula de ATP, que es el compuesto que utiliza el organismo para almacenar energía, y tiene un papel fundamental en las actividades bioquímicas celulares que controlan la actividad de las células nerviosas, la excitabilidad cardíaca, la transmisión neuromuscular y el tono vasomotor por lo que influye en el flujo sanguíneo periférico y en la presión arterial.

Ingestión y absorción

Los vegetales, los cereales, las legumbres, el cacao, los mariscos y ciertas carnes, son alimentos ricos en Magnesio. Sus sales solubles son absorbidas principalmente por el intestino delgado, en un porcentaje que varía entre el 25 y 65%, pasando luego a la sangre para incorporarse al "pool" de Magnesio del organismo.

Eliminación

En una alimentación normal, entre el 30 y 40% del Magnesio es absorbido en el yeyuno-íleon (intestino delgado) y su eliminación está a cargo del riñón, que es el regulador primario del Magnesio en el cuerpo. El resto se elimina a través de las heces, el sudor y, en menor proporción, la saliva y la leche materna.

Funciones del Magnesio

El Magnesio, a través de su acción sobre el ATP, interviene en numerosos procesos del organismo, como:

- Contracción muscular
- Síntesis de proteínas, lípidos, hidratos de carbono y ácidos nucleicos

- Procesos de fosforilación
- Activación de sulfatos, acetatos, etc.

Como consecuencia de sus numerosas actividades bioquímicas celulares, el Magnesio juega un rol central en:

- Control de la actividad neural
- Excitabilidad cardíaca
- Transmisión neuromuscular
- Presión arterial y flujo sanguíneo periférico

Hemos mencionado el déficit de Magnesio, que se denomina hipomagnesemia, vinculándolo con diferentes alteraciones orgánicas. Corresponde ahora identificarlo desde el punto de vista clínico.

Entre las posibles causas de hipomagnesemia podemos mencionar:

- Déficit de Magnesio en la dieta
- Dietas inadecuadas / • Anorexia / • Crecimiento
- Embarazo / • Lactancia / • Alcoholismo crónico

MANIFESTACIONES CLÍNICAS

El déficit de Magnesio tiene múltiples manifestaciones clínicas.

Sistema Nervioso Central:

- Apatía, desorientación, confusión, delirio, estupor, etc.
- Hiperacusia, síntomas cerebelosos, vértigo, etc.

Cardiovasculares:

- Arritmias ventriculares y/o auriculares, taquicardia
- Hipertensión arterial

Neuromusculares:

- Temblor, convulsiones, debilidad muscular
- Rigidez, tetania, hiperreflexia

Metabólicas:

- Hipocalcemia y/o hipopotasemia
- Sinovitis





PIERNAS PESADAS

Las **piernas pesadas** es uno de los síntomas más frecuentes de los pacientes que presentan insuficiencia venosa crónica. Esta patología se debe fundamentalmente a una pérdida de la tonicidad de la pared muscular de las venas. Dentro de los factores que predisponen a esta patología se encuentran la herencia varicosa y la bipedestación prolongada impuesta por determinadas profesiones. En las mujeres el embarazo, el síndrome premenstrual, y el consumo de anticonceptivos orales forman parte de los factores que agravan la enfermedad venolinfática. La obesidad, los malos hábitos indumentarios (botas altas, pantalones ajustados etc.), la falta de ejercicio físico y el calor agravan también sus manifestaciones.

Generalmente los síntomas que se asocian a las piernas pesadas son desde el calambre y la tirantez, hasta cansancio y el dolor de piernas. Las molestias suelen comenzar en la pantorrilla propagándose hacia arriba y abajo. Todas estas molestias se ven agravadas por el calor, por lo que son más frecuentes durante el verano.

La Medicina en los últimos años ha buscado el mejor método para mejorar la circulación venosa, disminuir los efectos indeseables para la salud y en los casos que no responden al tratamiento farmacológico se instrumentaron técnicas invasivas, que van desde la esclerosis - en el caso de las varices menores- hasta la cirugía- en el de las más grandes-.

Estudios recientes señalan que ciertos productos vegetales tienen efectos benéficos en el tratamiento de las várices, estimulando la circulación y por ello, ayudando a combatir la insuficiencia venosa crónica; tal es el caso de la combinación del *Ruscus aculeatus* + Hesperidina meticalcona + Ácido ascórbico que mejora la circulación venosa y fortalece las paredes de los capilares, especialmente indicado para el tratamiento de estas patologías.

AUSPICIA LABORATORIOS CASASCO PARA SU LINEA CARDIOVASCULAR

 **CASASCO**
www.casasco.com.ar

130 años con Responsabilidad Farmacéutica



Sr. Farmacéutico:
1 ó 2 comp. de **Pankreoflat**
con las principales comidas,
están indicados para
el tratamiento sintomático
de desórdenes digestivos.

y Sentite liviano

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

Tel.: (011) 6347-7200
www.raffo.com.ar



Squam®

Crema dental multifunción con EDS y flúor



Protege su sonrisa diariamente

- ▶ Acción Antisarro
- ▶ Acción Antiplaca
- ▶ Acción Anticaries
- ▶ Protege el esmalte
- ▶ Previene la enfermedad periodontal



PRESENTACION: Pomos multilaminados con 80 y 120 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 • info@terfin.com.ar

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

Laboratorio
ELEA