

# Conexión

Andrómaco

Año 8 - Número 23 - Septiembre de 2013

23



Gente en acción

## Dr. Rubén Omar Sosa

Un pediatra que eleva la solidaridad con barriletes

### REFLEXIONES

La vida en positivo

### POR LAS RUTAS

Merlo, San Luis

### EN TEMA

Asma y broncoespasmo



**Andrómaco**

0800-333-6666 / [www.andromaco.com](http://www.andromaco.com)



Apreciados lectores de Conexión:

Hay años que dejan una huella especial en la historia de nuestro país. Y sin dudas, el nombramiento del Papa Francisco I, marca un hito en los argentinos. El Papa que “llegó del fin del mundo” conmueve e inspira a través de sus palabras justas y gestos ejemplificadores.

Su mirada profunda nos invita a rescatar valores que transforman positivamente a una sociedad, y a trabajar por ellos. Dedicamos nuestra nota de tapa al Dr Rubén Omar Sosa, médico pediatra y Jefe del Departamento de Infectología del Hospital Pedro de Elizalde, quien organiza cada año originales barrileteadas donde se reúnen pacientes y miles de familias con el objetivo de colaborar solidariamente en campañas de promoción de la salud.

Reflexiona con nosotros Pilar Geijo, destacada nadadora argentina y campeona mundial de aguas abiertas, sobre la importancia de la perseverancia y una actitud optimista para alcanzar las metas en el deporte y en la vida.

En las notas médicas, abordamos el fotoenvejecimiento cutáneo con la colaboración de la Dra. Mónica Ibarra. El Dr. Alejandro Videla escribe sobre la asociación entre el asma y los broncoespasmos en niños como en adultos. Además, visitamos el Servicio de Emergencias del Hospital Austral, que atiende más de 500 pacientes diarios con pasión, profesionalismo y la última tecnología.

Nos complace compartir dos recientes lanzamientos: Sinac PB para el tratamiento del acné y Desmaquillante Bifaz de Ojos Dermaglós, continuando la ampliación de nuestras soluciones para el cuidado de la piel.

Por último, felicitamos cálidamente en su décimo aniversario a [materna.com.ar](http://materna.com.ar), la comunidad online dedicada a revalorizar la maternidad que Laboratorios Andrómaco acompaña desde su inicio, y a todas las madres que educan a sus hijos para la construcción de un futuro mejor.

**Javier Rodríguez Ruiz**

Gerente General de Laboratorios Andrómaco

# Staff



## Conexión

(Del lat. *connexio*, -onis).  
I. f. Enlace, concatenación de una cosa con otra.  
II. f. Acción y efecto de conectar.  
III. f. Tec. Punto donde se realiza el enlace entre aparatos o sistemas.  
IV. f. pl. Amistades, mancomunidad de ideas o de intereses.

Año 8, número 23, septiembre de 2013

## Relaciones Institucionales

María Poplawski

## Edición General

Proximitas S. A. ([www.proximitas.com.ar](http://www.proximitas.com.ar))

## Colaboran en este número

María Inés Soldano, Virginia Poblet,  
Dr. Rubén Omar Sosa, Dra. Mónica Ibarra,  
Dr. Alejandro Videla

## Agradecimientos

Servicio de Emergencia del Hospital Austral,  
Pilar Geijo

**Conexión Andrómaco** es una publicación de Laboratorios Andrómaco S. A. I. C. I., editada por Proximitas S. A. Diagramada por Georgina Catvin. Impresa en Triñanes Gráfica.

Para consultas o sugerencias, contáctese con nosotros al siguiente e-mail:

[institucionales@andromaco.com](mailto:institucionales@andromaco.com)

**Conexión** es una publicación gratuita que se distribuye exclusivamente a profesionales médicos de toda la Argentina.

Los editores no se responsabilizan por el contenido, opiniones y mensajes vertidos en los artículos. Prohibida su reproducción total o parcial.

## Laboratorios Andrómaco S. A. I. C. I.

Av. Ingeniero Huergo 1145, C1107AOL,  
Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina  
Teléfono 4021-6000. Fax 4021-6211  
Línea abierta 0-810-666-PIEL (7435)

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

# Sumario



## 8

Reflexiones  
**La vida en positivo**

## 12

Gente en acción

**Dr. Rubén Omar Sosa**  
**Un pediatra que eleva la solidaridad con barriletes**



## 20

Por las rutas  
**Merlo, San Luis**  
**Belleza que se respira**

## 28

En servicio

**Servicio de Emergencias del Hospital Austral**  
**Profesionalismo y amistad para llevar adelante una tarea estresante**



## +

6

Cartelera Andrómaco

26

En tema I. **Envejecimiento cutáneo**

32

En tema II. **El asma y el broncoespasmo en adultos y niños, una epidemia que podemos controlar**

34

Buena Presencia **Ateneo Interhospitalario e Intersocietario, 1er. reunión Interdisciplinaria de Psoriasis y 2º Congreso Argentino de Neonatología**



# Acifusín®

El antibiótico para la piel adaptado a cada necesidad



## Acifusín®

Ácido Fusídico 2%    Fusidato de Sodio 2%  
CREMA                      UNGÜENTO

INDICADO EN:

Impétigo,  
Foliculitis,  
Forunculosis,  
Eritrasma, Ántrax,  
Hidradenitis,  
Acné Vulgar,  
Quemaduras,  
Heridas traumáticas  
o quirúrgicas.

PRESENTACIÓN:

> Crema x 15 g  
> Ungüento x 15 g



## Acifusín® B

Ácido Fusídico 2% + Betametasona 0,1 %  
CREMA

INDICADO EN:

Dermatopatías  
inflamatorias con  
infección bacteriana:

Eczema microbiano,  
Lesiones impetiginizadas,  
Dermatitis atópica,  
Dermatitis seborreica,  
Dermatitis por contacto,  
Eczema

PRESENTACIÓN:

> Crema x 15 g



Acifusín de Andrómaco



Servicio de Atención al Consumidor:  
0800 111 0011    info@andromaco.com.ar  
www.andromaco.com



Recetario Solidario



Andrómaco

## Dermaglós en la Carrera Ser 5K Salud, belleza y bienestar en carrera



Dermaglós, presente en cada etapa de la vida de las mujeres, acompañó a las participantes de la “Carrera Ser 5k de mujeres contra el cáncer de mama” que se realizó el 24 de marzo en Puerto Madero. Con un éxito rotundo, más de 4000 damas se animaron a correr juntas por el bienestar y la concientización femenina. Previo a la competencia, todas las corredoras utilizaron protectores solares y cremas faciales de la línea Dermaglós. Luego del esfuerzo, cada competidora recibió una limpieza facial en un espacio exclusivo y fue asesorada por especialistas acerca de las rutinas de cuidado diario, limpieza, hidratación y nutrición de la piel de acuerdo a su biotipo cutáneo. De este modo, los beneficios del ejercicio físico y la satisfacción que brinda movilizarse por una causa justa se vieron complementados con un bien merecido momento de asistencia y relax.

## Conexión

Andrómaco

MFC



**Distinguida como Candidata al Galardón Testimonio “Unión Nacional” 2013, otorgado por Movimiento Familia Cristiano.**

Desde 1994, el Movimiento Familiar Cristiano de la República Argentina elige 10 disciplinas para premiar a aquellas personas o entidades que trabajan por las familias y que, por consiguiente, contribuyen a la unión de los argentinos. Este año nos honra que la revista **Conexión** sea considerada para el premio.

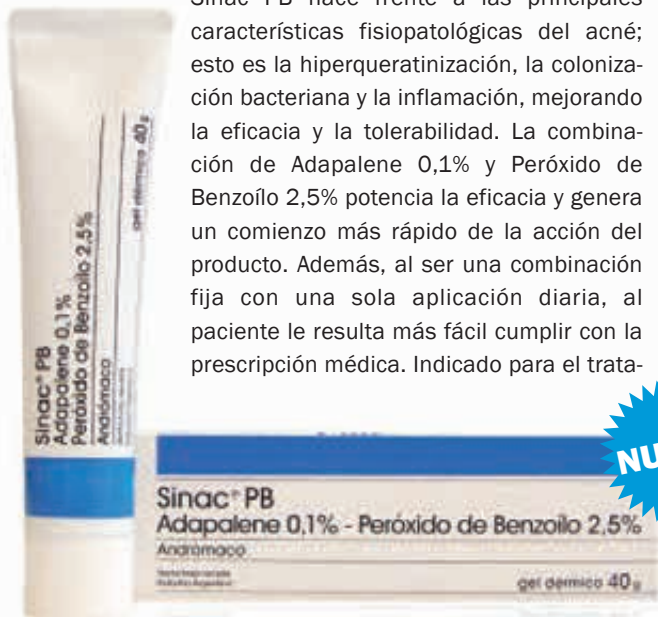
Compartimos con todos la alegría por el reconocimiento hacia nuestra revista y hacia el compromiso de Andrómaco en construir un país más unido.

## Dermaglós lanza: Nuevo Desmaquillante de Ojos

Dermaglós presenta su Desmaquillante Bifaz de Ojos para todo tipo de piel. Su exclusiva fórmula de dos fases remueve rápidamente el maquillaje a prueba de agua, contiene Provitamina B5 para hidratar la piel y Bisabolol que la descongiona, calma y suaviza. Elaborado especialmente para el contorno de los ojos, donde la piel es más fina y está en constante movimiento, el nuevo Desmaquillante es hipoalérgico, no comedogénico y está testado dermatológica y oftalmológicamente. Con este lanzamiento Dermaglós ofrece más soluciones para el cuidado diario de la piel y el rostro.



## Sinac PB: Sinergia Dual para el control y tratamiento del acné.



Sinac PB hace frente a las principales características fisiopatológicas del acné; esto es la hiperqueratinización, la colonización bacteriana y la inflamación, mejorando la eficacia y la tolerabilidad. La combinación de Adapalene 0,1% y Peróxido de Benzoilo 2,5% potencia la eficacia y genera un comienzo más rápido de la acción del producto. Además, al ser una combinación fija con una sola aplicación diaria, al paciente le resulta más fácil cumplir con la prescripción médica. Indicado para el trata-

miento de acné vulgar, inflamatorio y no inflamatorio, lesiones leves a moderadas, también puede recomendarse como terapia de mantenimiento frente al acné severo cuando se usa como tratamiento medicamentos sistémicos.

Sinac PB completa la línea Acné junto a Sinac 0,1% y Sinac 0,3%, la línea Hidrosam T, Acnoxin, Aveno Gel de Limpieza, Aveno Jabón, Aveno Emulsión e Hidrosam Crema Gelificada.

**NUEVO**

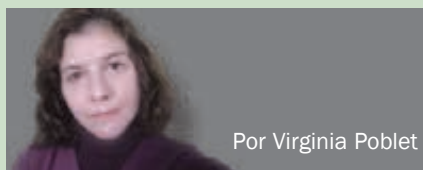
### Presentaciones:

Sinac 0,1% Gel 30 g.  
Sinac 0,3% Gel 30 g.  
Sinac PB Gel 40 g









Por Virginia Poblet

# La vida en positivo

*La voluntad, la perseverancia, la confianza en uno mismo, el optimismo y el buen humor son claves para disfrutar del recorrido hacia la meta.*

Pilar Geijo habla rápido, con la rapidez que caracteriza al entusiasmo. Gesticula, apoya el dedo con firmeza sobre la mesa cuando necesita darle énfasis a sus palabras y tiene una sonrisa casi permanente. Mueve los brazos para expandir sus dichos y se ríe con franqueza llevando un poco la cabeza hacia atrás. Sin dudas, es una persona alegre. Fue precisamente ese espíritu dichoso el que hizo posible que hoy sea bicampeona mundial de natación en aguas abiertas. Eso, una férrea voluntad para entrenarse y tener los objetivos claros.

El primero en vislumbrar su futuro fue el gran nadador Alfredo Camarero, él también bicampeón mundial en la misma categoría en los años 1955 y 1956 y ganador del Cruce del Canal de la Mancha en 1959. Alfredo la veía entrenar en GEBA cuando era chica y siempre le decía que le iba a ir muy bien en aguas abiertas porque era muy alegre. “En ese momento yo no entendía muy bien a qué se refería. Con el tiempo me di cuenta que era porque en carreras tan largas muchas veces te confrontás con inconvenientes, cosas imprevistas que surgen y hay que tener un humor muy especial para resolverlas y nadar mejor; porque sin buen humor te ahogás en vos mismo”, reflexiona Pilar. Esos escollos pueden ser desde un lobo marino que salta a tu alrededor, nadar en medio de un colchón de aguas vivas, enfrentarse a aguas muy frías o muy calientes hasta deslumbrarse con el nado de una tortuga gigante.

Fue Camarero también quien la llevó a su primera competencia de aguas abiertas. “Tenía 14 años. Fue en San Antonio de Areco y gané. Era cortita, de 20 minutos”, recuerda. Hoy Geijo puede nadar más de 9 horas, fuerte y sin parar. Ya sea lago, río, mar o pileta, su hábitat es el agua. “Soy como un pez de la superficie”, se define.

## VIDA ACUÁTICA

Como a sus tres hermanos, a Pilar la mandaron a aprender a nadar a los 6 años por una cuestión de seguridad y empezó a competir a los 8. Entrenaba todos los días un turno hasta que terminó la secundaria. Después fue por más porque tenía los objetivos muy claros: “a los 13 años me hice un cartelito que decía Campeona del mundo y lo puse en mi escritorio así lo veía siempre. Todavía lo tengo”, dice con una sonrisa amplia. Hoy se mete en la pileta cinco horas diarias divididas en dos turnos, seis días a la semana y complementa con dos horas de gimnasio. Practica perseverancia y resistencia para poder hacer luego 57km u 88km a base de crawl sin parar.

Entre medio de tanta agua, Pilar se las ingenió para estudiar en la universidad. “Me faltan 5 materias para



### MEJORES RESULTADOS

Campeona Mundial de Aguas Abiertas 2011/2010  
Subcampeona Mundial de Aguas Abiertas 2012/2009  
Campeona New South Gales Championship (Australia) 2012  
Sub Campeona Panamericana 2004  
Campeona Sudamericana 2006



recibirme de contadora pública. Ya la terminaré. Sé que la vida como deportista profesional es corta, así que ése será mi próximo paso en el futuro”.

Nadar le gusta. Lo disfruta, pero no siempre fue así. Hubo un momento en que pensó dejar de hacerlo. Fue entre 2007 y 2008. La alegría se le había esfumado. “No podía escuchar nada ni mirar nada de natación, odiaba la natación, aunque algo internamente me decía que ese sentimiento no era real”, recuerda Pilar con la mirada lejana. En esas ocasiones pensaba que si no ganaba nadie la iba a querer, que si no ganaba no existía. “Llegaba a las competencias con miedo a perder y obviamente perdía. Iba llorando. En esa época existista tenía la cabeza contaminada”. Y dijo basta. Si bien su entrenador de entonces era un hombre con muchos conocimientos, su forma de ser no la convencía, no lograba confiarle sus dudas e inquietudes y eso la hacía perder confianza en sí misma. Llamó a su novio Diego Tricárnico y le propuso que fuera su entrenador o si no dejaba ese deporte. Así de contundente. Por suerte, él aceptó el desafío. Su primer gran reto fue devolverle la alegría, que volviera a disfrutar más allá de los resultados finales. Y lo logró, a partir de esta nueva etapa, Pilar levantó copas y medallas casi sin parar, no sin antes sortear ciertos escollos.

### PERDER PARA GANAR

Los comienzos suelen ser difíciles. Más aún si se trata de modificar una filosofía de vida para adoptar otra. “Cuando corrí la primera carrera de la era de Diego hice todo mal. Yo tenía muchos problemas para manejar los ritmos, salía a full porque no podía detenerme, no medía el esfuerzo, no podía controlarme, largaba con todo y en cualquier momento me moría. Diego percibió ese tema. Antes de largarme en esa carrera, que casualmente era la misma con la que yo había debutado en las competencias largas (Santa Fe- Coronda), él me lo hizo notar. Perfecto, en la teoría estaba bárbaro, pero en la práctica hice

todo al revés, la terminé dejando porque exploté. Era una transición, estaba aprendiendo un nuevo modelo pero a la vez seguía teniendo el viejo. Abandoné la carrera, me fui al hotel, supuestamente me iba a quedar dos días más, pero no quería saber nada, agarré el auto y desaparecí. Ésa fue mi mejor carrera, porque hice todo tan mal que fue de donde más pude aprender. Perdí, pero a la vez gané”. Y lo mejor de todo es que nadie la dejó de querer.

### MÁS ALLÁ DE LOS LÍMITES

Pilar descubrió que tenía una enorme fortaleza mental cuando el físico estuvo a punto de decaer. Fue en Canadá. El agua estaba a 16 grados y ya habían pasado más de 7 horas bajo esa temperatura. “Me acuerdo que iba ganando y empecé a temblar de frío. Fue la única vez que sentí que me desmayaba en cualquier momento. Entonces, empecé a pensar que formaba parte de la tripulación de un barco que se había hundido y yo era la única que tenía la capacidad y el don de nadar 8 horas para ir a la orilla en busca de ayuda. Eso fue lo único que me permitió seguir nadando”, recuerda Pilar, poniendo énfasis en que no se trató de una estrategia, si no que era algo que sentía como real. Hasta que no llegó a tierra firme, eso le estaba pasando de verdad. “Ahí descubrí que los límites están más allá de lo que uno cree”, dice, todavía asombrada por lo ocurrido.

### LO MÁS IMPORTANTE ES EL CAMINO

Más allá de tener el objetivo claro, para Geijo es esencial disfrutar del recorrido. “Mi clave de vida ha sido divertirme con lo que hago. Lo importante es elegir cualquier cosa que te divierta durante el camino. Antes pensaba solo en el resultado, solo en una fecha. Después descubrí que una competencia es el 0,0001% de los días de mi existencia, la mayor parte de mi vida la paso en la preparatoria. Disfrutar el trayecto hacia la meta es lo primordial, la llegada es la consecuencia. Donde ocurre todo es en el camino”. <<



## EL EQUIPO

Si bien la carrera le pertenece a Pilar, está claro que sin un buen equipo que la acompañe no podría ir tan lejos. Complementan su voluntad y tenacidad su entrenador y pareja, Diego Tricárico, el médico cardiólogo y deportólogo Enrique Prada y el fisioterapeuta Gustavo Álvarez. Con Geijo, Tricárico se atrevió a probar técnicas que no se suelen usar acá pero sí en otras partes del mundo. “Entrenamos por zonas, es decir ritmos, con indicadores de pulso, ácido láctico que producen distintos efectos. Es una forma más compleja de planificación con variaciones de ritmo en la natación de acuerdo a esos indicadores.”, explica. Pero hay otro punto que tanto Pilar como Diego rescatan como fundamental: la confianza y el deleite. “No estoy muy de acuerdo con la bajada psicológica exitista del alto rendimiento, no lo considero del todo sano. Para mí lo importante es trabajar bien y disfrutarlo”, dice sin muchas vueltas. El Dr. Prada atiende a Pilar desde 2006. Le hace un seguimiento físico y psicológico. “Más allá de su porcentaje corporal, con el deportista de elite hay que prevenir el sobreentrenamiento; observar si en la conversación de la consulta clínica hay cambios de humor como mayor sensibilidad o agresión. Luego hay que aunar criterio con el análisis de laboratorio, se estudia la médula ósea en forma global, observar el nivel de magnesio para prevenir calambres, el nivel hormonal, si la cantidad de glóbulos son los adecuados, entre otras cosas”, explica. Como el desgaste es enorme, los suplementos vitamínicos y de minerales son muy usuales; una dieta equilibrada hace el resto. Prada considera que Geijo tiene una buena composición corporal y una gran fortaleza mental: “Pilar tiene una excelente aptitud física, cuando pudo darse cuenta de que era una gran atleta salió adelante”.





# Dr. Rubén Omar Sosa

## Un pediatra que eleva la solidaridad con barriletes

El Dr. Rubén Omar Sosa, médico pediatra y Jefe de Infectología del Hospital Pedro de Elizalde reúne, a través de barrileteadas, a miles de niños y adultos en campañas solidarias y de promoción de la salud.

El Dr. Rubén Omar Sosa, médico pediatra y Jefe de Infectología del Hospital Pedro de Elizalde reúne, a través de barrileteadas, a miles de niños y adultos en campañas solidarias y de promoción de la salud.

La idea surgió en el Museo del Papalote, como se le dice a los barriletes en México; y en la frase de Antonio Machado le encontró un sentido. "La infancia es la patria de los niños", recuerda el pediatra. Es allí, en la experiencia de los chicos remontando un barrilete, en esos gratos recuerdos que se generan de ese encuentro familiar, a dónde apela permanecer con mensajes de promoción de la salud o las iniciativas solidarias. "Con los barriletes pasa algo muy especial. Los grandes saben cómo armarlo, es un juguete milenario que cruza generaciones y que a los chicos les encanta. ¿Quién no disfruta de una tarde

en familia remontándolo? Esa experiencia es inolvidable. Y yo quiero que los mensajes de salud que promociono en cada actividad sean parte de su memoria", afirma el Dr. Sosa.

Nunca imaginó que podía llegar tan lejos con un barrilete y que sus convocatorias cumplirían en 2013, 18 años ininterrumpidos. Las citas suelen ser en el espacio público ubicado al costado del Hospital de Pediatría S.A.M.I.C. "Prof. Dr. Juan P. Garrahan", en Combate de los Pozos y Avenida Brasil, pleno barrio de Constitución. En ese lugar, libre de árboles o cables se encuentran sus pacientes ya recuperados junto a sus seres queridos, arman los cometas y los hacen volar. Con mensajes y compromisos escritos por los participantes que cuelgan del hilo del juguete, suben al cielo por acción del viento que le dan vida y cuerpo a las consignas del encuentro.



## NUMEROSAS CAMPAÑAS, INNUMERABLES SATISFACCIONES

Las campañas surgen con preguntas que generalmente comienzan de la misma manera... ¿"Cómo les explico a mis pacientes...?" y esos interrogantes van tomando forma, poco a poco, hasta concretarse en una convocatoria que agrupa año tras año a miles de familias. Compromiso contra las drogas, el tabaco y el alcohol, donación de órganos; concientización por el SIDA; capacidades diferentes; educación y ecología fueron algunos de los temas desarrollados en las numerosas barrileteadas.

### PROYECTO CRUZ DEL SUR

"¿Cómo le explico a los chicos que la distancia no es un impedimento para ayudar?", sostiene el Doctor. En 2007 emprendió el Proyecto Cruz del Sur por la educación, que tuvo como finalidad juntar libros para armar una biblioteca escolar en cada punto cardinal del país. La iniciativa le tomó cuatro barrileteadas en cuatro años. Logró juntar cien mil libros que llevó con la

ayuda de muchos voluntarios a Misión La Paz, 2000 kilómetros al norte de la Ciudad de Buenos Aires, a Los Antiguos en Santa Cruz, 2000 kilómetros al sur; a Calingasta en San Juan al oeste y a Villa Paranacito, al este.

### "UN ABUELO, UN PADRINO DE VUELO"

"¿Cómo les hago entender a los chicos que hay personas mayores que están solas que necesitan compañía?", se preguntó una tarde. Ese fue el disparador para la campaña que unió a 600 abuelos con miles de niños. Junto al grupo comunitario del PAMI y a la agrupación BATOCO (Barriletes a Toda Costa), armó talleres de barriletes en geriátricos, luego convocó a niños y familias. -"Venite. Hay alguien que está construyendo un barrilete para vos"- . "¿Y cómo voy a saber cuál es el mío?, preguntaban los chicos. "Porque estará escrito en el barrilete", aseguraba el Dr. Sosa. Los niños llegaban y buscaban en el aire su juguete remontado. Una vez que lo identificaban por su nombre, seguían el hilo que lo sostenía y encontraban finalmente a su padrino para iniciar una conversación.

*"Este es mi barrilete, yo lo dono al viento. Ahora si querés, usalo vos".*















*El Dr. Rubén Omar Sosa, junto a integrantes del equipo del Departamento de Infectología del Hospital Pedro de Elizalde. Hospital en donde trabaja desde hace más de veinticinco años.*

### **PROYECTO LAURA: “LOS ÁRBOLES URGENTE RECLAMAN AYUDA”**

“Los niños crearon un bosque, de un día para otro, hicieron ecología con sus propias manos” y cada uno puso su nombre en un tutor de madera que el Dr. Sosa les había entregado en la consulta. Además, les daba una carta que incitaba a reflexionar sobre el hecho de perpetuarse a través de la plantación de un árbol y sobre la colaboración hacia su tierra. Esta campaña se repitió en la laguna Saladita Norte inaugurando el primer bosque solidario de la República Argentina.

### **INICIATIVA “¿QUÉ ENTIENDO POR LA DONACIÓN DE ÓRGANOS?”**

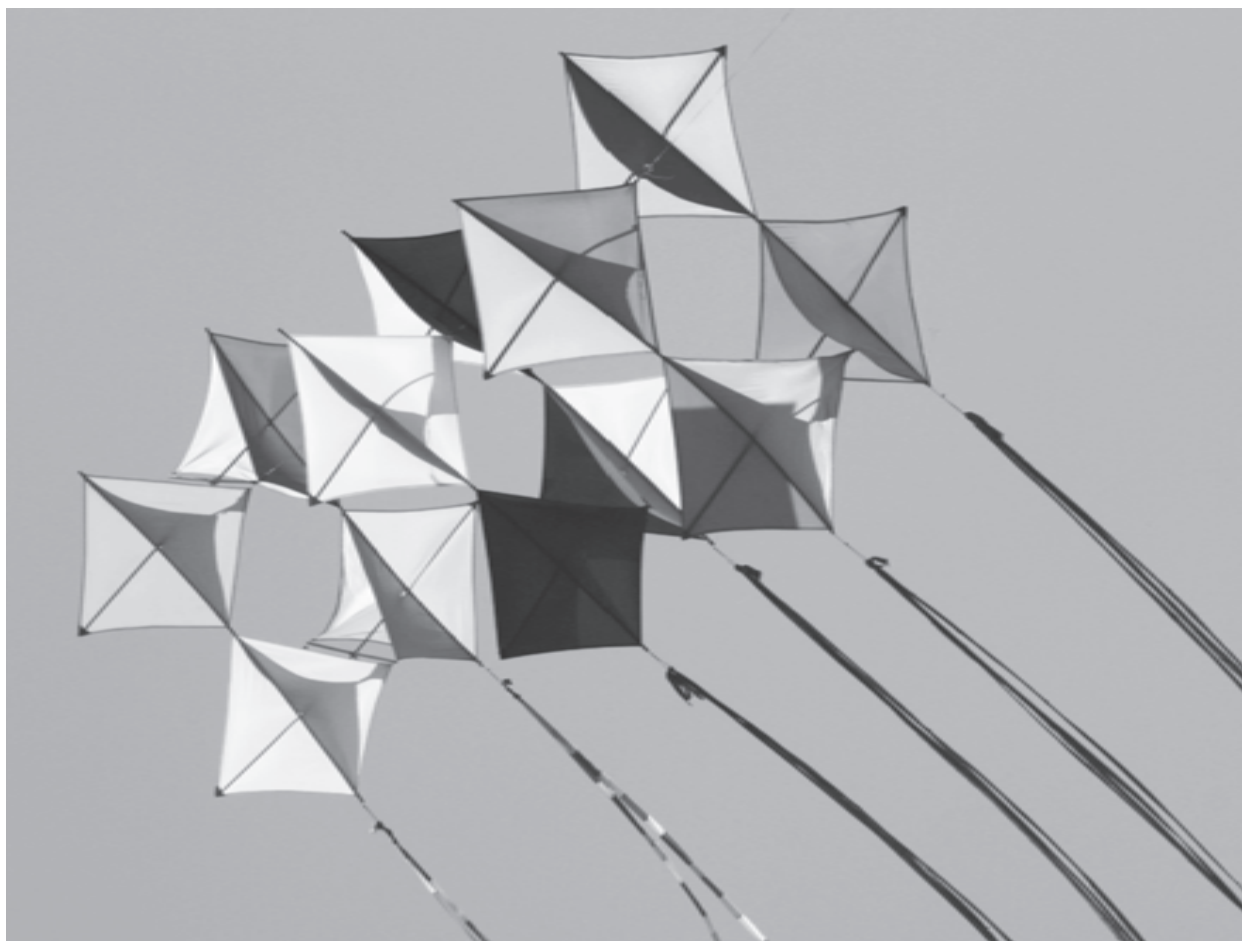
Lo hizo a través del juego, que es la herramienta de aprendizaje más efectiva. El Dr. Sosa reservó una fecha en su calendario, y convocó a todos a ser parte. “Los invité a remontar un barrilete y les propuse que cuando yo tocara la bocina, el que quisiera, podía cortar el hilo de su cometa, para que el viento se lo llevara. Llevaban escrito un mensaje que decía: *Este es mi barrilete, yo lo dono al viento. Ahora si querés, usalo vos*”.

Ese día se creó el primer listado único de donación de células de



*Dr. Rubén Sosa junto a un colaborador del Hospital.*





la médula ósea. Las 85 primeras personas que se anotaron, lo hicieron luego de la barrileteada.

Entonces cita una frase que le escuchó decir a Eduardo Galeano: *“Para qué me sirve la utopía, si yo camino un paso y se aleja un paso, camino dos y se aleja dos... Entonces, para qué me sirve si nunca llego, y me doy cuenta que voy caminando... para eso sirve, para ir caminando”*. Y es en este caminar que el Dr. Rubén Omar Sosa, médico desde la infancia, de familia austera, pero de naturaleza generosa, transita profesando su verdad.<<

## NUEVA BARRILETEADA

El primer domingo de noviembre, el Dr. Sosa convoca a una barrileteada para festejar los diez años de la Escuela Hospitalaria. Los pacientes dados de alta, celebrarán junto a sus familiares y amigos, la posibilidad que les dieron los maestros del hospital de educarse mientras estaban internados. Porque al fin y al cabo, la educación es un recurso indispensable para el desarrollo y el futuro de los niños. Y por suerte, hay maestros con una vocación inquebrantable que son capaces de acompañar a los chicos en los capítulos de sus vidas más complejos. Están todos invitados.

Para obtener más información acerca de la próxima barrileteada pueden escribir a [rubenso-sa@gmail.com](mailto:rubenso-sa@gmail.com) o llamar al 011- 4222-6063

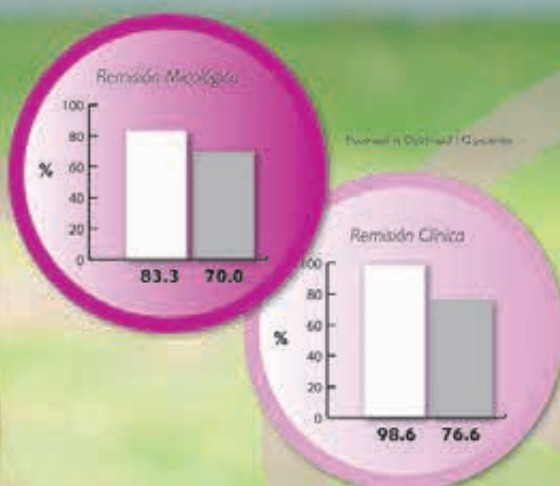


# FLUPEC

Fluconazol 150 mg

Una solución cómoda y eficaz en el tratamiento de Micosis por Candida.

El uso de Fluconazol vs Clotrimazol para el tratamiento de la Candidiasis vaginal evaluado en un grupo de 142 pacientes, con dosis única, presentó remisión micológica 83,3% vs 70% ( $p=0,01$ ) y remisión clínica en el 98,6% vs 76,6% ( $p=0,001$ ). (2)



2

Ídeal monodosis o tratamiento de pareja.

4

Dos días de tratamiento de pareja, en caso de observarse irritación externa.

8

Dos comprimidos por semana durante 4 semanas, Micosis recidivante.

1. Guidelines Vulvovaginal Candidiasis 2010 of German Society for Gynecology and Obstetrics, Meding W, Brazil J Mycosis 2012; Jul 25; Issup 3: 1-13.

2. Oral Fluconazol 150 mg single dose versus intravaginal clotrimazol treatment of acute vulvovaginal candidiasis, Sakhaei L, et al J Infect Public Health 2011; Sept 4 (4): Epub 2011 Jul 20.

3. Miano M et al. Antimicrob Agents Chemother. 1998; Jan 43(1): 148-151.

4. Single dose systemic oral fluconazol for the treatment of vaginal Candidiasis, Kaplan A, et al Int J Gynecol Obstet. 1997; Jan 57(3): 281-4.

Descuentos en:  
OBRAS SOCIALES Y PREPAGAS

Presentaciones:  
COMPRIMIDOS x 2, 4 y 8 un.



Andrómaco





*Merlo, San Luis*  
Belleza que  
se respira





Por Virginia Poblet

*Un cielo límpido recortado entre las sierras, aire diáfano que brinda beneficios a la salud, temperatura templada casi todo el año y una variada oferta de atractivos tanto para quienes buscan la aventura como para los que procuran descansar, hacen que Merlo, San Luis, sea uno de los destinos turísticos preferidos de la Argentina.*

Al límite con la provincia de Córdoba, al Noreste de San Luis, la Villa de Merlo es uno de los pocos sitios que ofrece diversión y relax para todos los gustos, edades y presupuestos. Hace mucho que sus hermosos entornos naturales y su aire limpio como después de una lluvia atrajeron a los seres humanos. Ya en la era precolombina los indios comechingones consideraban este lugar como un centro energético digno de morar y respetar. Bastante después, entre 1720 y 1727, cuando todavía había que atravesar tierras inhóspitas y su acceso era difícil, se instalaron los primeros colonos en

los alrededores de la Capilla de Nuestra Señora del Rosario, en Piedra Blanca, y en 1797 obtuvieron su fundación oficial. Aún hoy siguen llegando personas de distintos puntos del planeta dispuestos a vivir en su atmósfera excepcional.

#### MICROCLIMA

Basta respirar en Merlo para sentirse mejor. Efectivamente, su secreto está en el oxígeno. Cuatro son los factores que se interrelacionan para considerar a la Villa como uno de los pocos microclimas naturales del mundo. Debido al desinte-



gramiento del granito anfíbol que se encuentra en las sierras, cuenta con proporciones de ozono más altas que las normales, formando en consecuencia una cámara hiperbárica natural. A su vez, dicho granito desprende nitrógeno, que al contacto con el oxígeno produce óxido nítrico que genera sensación de bienestar. Además, su alto porcentaje de ionización negativa y su nivel de radioactividad natural provocan un efecto energizante y estimulante que la convierte en una especie de spa natural.

### EN MOVIMIENTO

Con las pilas así recargadas, muchos aprovechan la inyección de adrenalina para moverse al aire libre. Parapente, rappel, tirolesa, mountain bike, cabalgata, escalada deportiva, la oferta es variada y cada actividad cuenta con lugares apropiados de singular belleza y guías experimentados. Otros, más contemplativos, se deleitan con el avistaje de aves. Hay unas 200 especies diferentes, entre las que se destacan el carpintero negro y de lomo blanco, el águila mora, el zorzal colorado, el cóndor y el halcón peregrino. Los que gustan de la pesca pueden adentrarse a las zonas altas de las sierras Comechingones en busca de truchas y otras especies ictícolas. En los lagos Las Huertitas, San Felipe y La Viña, a unos 80 km de la Villa, se realizan deportes náuticos.

El abanico de actividades y recorridos es muy amplio. Una buena manera de comenzar a conocer Merlo es realizar el Circuito Chico que empieza con la visita a la Casa Museo del poeta Antonio Esteban Agüero -una edificación estilo colonial de fines del Siglo XIX-, pasa por Piedra Blanca, el bosque de aguaribay y el increíble algarrobo Abuelo, con más de 800 años de existencia. Vale la pena visitar el Museo Regional Molma para conocer un poco más los usos y costumbres de los antiguos habitantes de la zona y apreciar los restos de un Gliptodonte hallado en Pasos Malos cuya edad se calcula entre 8000 y 12000 años.

Caminar y abrir los sentidos es la clave. Desde Pasos Malos, a 1250 metros de altura se puede disfrutar de una espléndida vista panorámica para después descender por los senderos trazados entre los cerros moteados por un bosque de Molles.

Siguiendo hacia Rincón del Este, se remonta el arroyo El Molino, se disfruta del Salto del Tabaquillo para llegar luego al Mirador del Sol, un punto panorámico imperdible cuya majestuosa vista del Valle de Conlara y de Concarán hipnotiza hasta al más necio.

Por el Circuito Sur se encuentra Cerro de Oro, un pintoresco y tranquilo lugar para los amantes del turismo alternativo. A 7 km del sur de la Villa, al pie de la Sierra de los Comechingones, está Carpintería, uno de los mejores escenarios naturales para la práctica de parapente.







## TURISMO MINERO

Así como es posible deleitarse con vistas panorámicas, Merlo también brinda la posibilidad de adentrarse en las entrañas de la tierra. Recomendado para los más aventureros, el Cerro Áspero anidó una mina impresionante de volframita que conoció su esplendor a principios de siglo XX y fue decayendo hasta cerrar en 1969. Con el telón de fondo de una quebrada, se accede desde el puesto de Tono Albornoz. En el centro de la colonia, cuyas prestaciones son excelentes, es recomendable disfrutar de una rica cerveza artesanal mientras la vista se deleita con el paisaje de la unión de tres arroyos. Previo paso por la usina y con cascos y linternas se puede acceder a las galerías de minas, pero eso sí, se requiere de buen estado físico.

Al regresar, resulta imperdible “La Cascada del Tigre”, un salto de 30 metros de agua que deja extasiados a todos los visitantes. Si bien es posible hacer este periplo por medios propios, es recomendable contratar un guía habilitado para tener una visión más cabal de su historia y su entorno.

A unos 60 km de Merlo, en Concarán, se encuentra la Mina de los Cóndores, el emprendimiento de tungsteno más grande del país y el segundo de Sudamérica. Hoy, ya sin explotar, se encuentra abierta al público para visitas. Con el acompañamiento de un guía y provisión de indumentaria, es posible recorrer el pueblo abandonado, sus imponentes instalacio-

nes y los 15 km de túneles que recuerdan la magnificencia de su pasado.

La oferta de balnearios es muy variada. En Barranca Colorada está el Parque Recreativo Merlo, con piscina y canchas de fútbol, tenis, paddle y otros deportes. También hay juegos infantiles para los más chiquitos. El Balneario Rincón tiene parrillas y pileta con agua que desciende del mismo arroyo. El Centro Recreativo Municipal tiene piscina para adultos, niños y canchas de voley y basquet.

Si la idea es llevarse un souvenir o hacer regalos, las ferias artesanales brindan una buena variedad de productos regionales. Vale la pena recorrer la del Paseo de los Artesanos en la Vieja Terminal o por la Feria de la Paloma sobre Avenida del Sol. Y si los chicos se aburren, cuentan allí con entretenimientos como castillos inflables y espectáculos infantiles.

La noche también promete diversión para todos los gustos: desde restaurantes con deliciosa gastronomía regional y tradicional a peñas folklóricas, pubs, boliches, bares y casinos. Para gastar poco y disfrutar bajo las estrellas, la plaza Marqués de Sobremonte convoca a diario distintos espectáculos callejeros gratuitos para niños y adultos.

Por su extraordinaria atmósfera, la calidez de su gente, la variedad de propuestas y paisajes de ensueño, todos los que visitan Merlo se van con deseos de volver. <<





#### DATOS ÚTILES

##### CÓMO LLEGAR

**Desde Buenos Aires:** quienes van de zona norte de la Ciudad y Gran Buenos Aires deben tomar la Ruta Nacional N° 8 hasta Río IV. Desde el oeste y sur de Capital y Gran Buenos Aires, tomar la Autopista del Oeste hasta Carmen de Areco, allí tomar la Ruta 31 hasta su intersección con la Ruta Nacional N° 8, hasta Río IV. Luego tomar la Ruta 005 hasta tomar la Ruta 1 hasta Merlo.

**Desde Rosario:** Tomar Ruta Nacional 9 hasta Villa María, allí tomar la Ruta 188 hasta Río IV y desde ahí Ruta 1 hasta Merlo.

**Desde Mendoza:** Tomar Ruta Nacional 9 hasta San Luis Capital, desde ahí la Ruta 20 hasta la localidad La Toma y por último la Ruta 148 hasta Merlo.

##### ATRACTIVOS

**Museo Casa del Poeta Agüero:** Visitas guiadas para grupos. Entrada libre y gratuita. Poeta Agüero y Sobremonte. Horario: todos los días de 9 a 13 y 16 a 19 hs.



**Museo Regional Molma:** Av. Fermín Romero, camino al Algarrobo Abuelo, Piedra Blanca Abajo. Todos los días de 9 a 13 y 16 a 20 hs.

**Iglesia del Rosario:** Data aproximadamente de 1720, pero en sus comienzos se supone que fue una humilde capilla donde los vecinos del lugar se reunían a orar. Declarada Monumento Histórico Nacional en 1961.

**Mina de los Cóndores:** Visitas de 9 a 17 hs. Se abona entrada. Consultas: 02656-481184.

##### MÁS INFORMACIÓN

**Ministerio de Turismo de San Luis:** [www.turismo.sanluis.gov.ar](http://www.turismo.sanluis.gov.ar)

**Ministerio de Turismo de la Nación:** [www.viajarhoy.com.ar](http://www.viajarhoy.com.ar)

**Municipalidad de Merlo:** [www.villademerlo.gob.ar](http://www.villademerlo.gob.ar)

**E-mail:** [consultaturismo@villademerlo.gov.ar](mailto:consultaturismo@villademerlo.gov.ar)

**Casa de la Prov. de San Luis en Buenos Aires:** Azcuénaga 1087.

**Tel.** (011) 5778-1665/1621

**Web:** [www.casa.sanluis.gov.ar/](http://www.casa.sanluis.gov.ar/)

En procesos inflamatorios  
de las vías respiratorias

**Novocort**  
Betametasona

De **crisis** a control

La betametasona de Andrómaco  
para la práctica diaria:

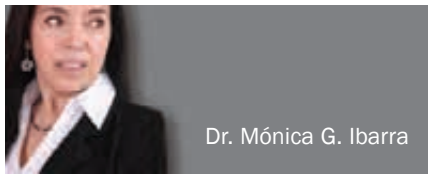
••• Por su mayor potencia  
de acción: <sup>(1)</sup>

- antiinflamatoria
- antialérgica
- antirreumática



Referencia bibliográfica: (1) Modificado de Zieher, L.M, ed. Colección de Farmacología:  
Farmacología del dolor y la inflamación (1998).





Dr. Mónica G. Ibarra

# Envejecimiento cutáneo

El envejecimiento de la piel es un proceso complejo determinado por alteraciones genéticas y por variaciones estructurales y moleculares. Se trata de un conjunto de cambios biológicos como consecuencia del paso del tiempo, ocasionados por una combinación de factores endógenos y exógenos que incluyen mutaciones genéticas, cambios en el metabolismo celular, cambios hormonales, exposición solar, polución, radiaciones ionizantes, tabaquismo, entre otros.

Mónica G. Ibarra

Médica Dermatóloga

MN 80601, MP 448282

El envejecimiento cutáneo se clasifica en intrínseco o cronológico, irreversible, exclusivo corolario del transcurso de los años y extrínseco o fotoenvejecimiento, relacionado con el medio ambiente.

## FACTORES INTRÍNSECOS:

Se le atribuye a la genética el 25% del proceso de envejecimiento.

Teniendo en cuenta la teoría de los radicales libres, los cambios resultan principalmente como efecto del daño endógeno acumulado por la continua formación de ERO (especies reactivas de oxígeno), generadas por el metabolismo celular oxidativo. El deterioro suscitado por las ERO afecta constituyentes celulares como membranas, enzimas y ADN.

También existen modificaciones en los factores de crecimiento y en otras moléculas de señalización. Las citoquinas y quimioquinas y sus receptores disminuyen, por lo tanto varias funciones de la piel se malogran. Además, algunas moléculas de señalización como el factor transformador del crecimiento beta, aumentan con la edad, llevando al desgaste de fibroblastos.

Al envejecer, se reduce la síntesis de colágeno (niveles demostrados de los niveles de pro colágeno tipo I mRNA) y sube la expresión de las Metaloproteinasas (sobre todo la MMP-1) de la matriz. Sin embargo, hay también un aumento del entrecruzamiento del colágeno como consecuencia de la glicación (reacción espontánea de la glucosa sanguínea con las fibras dérmicas del colágeno y la elastina). Los productos resultantes (AGE) se acumulan dentro y fuera de las células y se unen a proteínas de la membrana plasmática, a proteínas circulantes y a proteínas estructurales -colágeno y elastina-, siendo estas últimas las más influyentes en el envejecimiento cutáneo. En dermis el colágeno I y III tiene un turn over inducido por la metaloproteasa de matriz. La glicación deteriora este recambio, impide la degradación y mantiene acumulado el colágeno envejecido.

La síntesis de elastina aumenta con la edad, pero la elasticidad

de la piel baja sensiblemente.

La síntesis de fibronectina aumenta con la edad de forma continua.

La síntesis de proteoglicanos y glucosaminoglicanos parece aumentar, mientras baja su concentración efectiva en la dermis.

Por lo tanto, el envejecimiento de la piel se ha asociado a: aumento de la actividad del factor de transcripción AP-1 (importante regulador de la expresión de los factores de crecimiento endovascular y de las enzimas de degradación), aumento de la expresión de MMP, disminución de la señal TGF-beta, aumento de la degradación del colágeno y disminución de su síntesis.

Se estima que el colágeno de la dermis disminuye 1% por año en la vida adulta. La síntesis reducida de procolágeno asociada al aumento de la degradación de la matriz por la MPM son los responsables de la piel atrófica.

Contribuyen a la formación de arrugas los cambios en los músculos, la alteración en la lipoescultura, la acción de la fuerza de gravedad y la pérdida de sustancia en huesos y cartílagos faciales. Las arrugas de expresión -profundas frontales, en la glabella, periorbitarias y en pliegues nasolabiales- son resultado de contracciones repetidas de los músculos faciales. A medida que la edad progresa, la grasa subcutánea tiende a acumularse en el área maxilar, se produce laxitud por exceso o defecto de grasa y aparece la flaccidez atrófica. La reabsorción ósea afecta la región maxilar con retracción de la mandíbula y la región frontal.

## FACTORES EXTRÍNSECOS:

Dentro de este grupo debemos considerar:

- Las condiciones ambientales (radiaciones UVA, temperatura y humedad). Hay que estimar la dosis de radiación ultravioleta y el tipo de piel.
- Dependencia del tabaco y la nicotina (disminución del flujo sanguíneo y aparición de metaloproteinasas que degrada el colágeno)

La radiación ultravioleta genera la producción de Radicales



Libres (RL): anión superóxido, peróxido de hidrógeno, radicales hidroxilo, entre otros. La oxidación es resultado de numerosos procesos que se desarrollan en el organismo y la producción de RL de oxígeno constituye uno de los factores citotóxicos que más influyen.

La acción de los RL causa un daño celular acelerador del envejecimiento, mientras que la interrupción de la cadena oxidativa contribuye a retrasarlo.

La radiación ultravioleta ocasiona alteraciones vasculares: hay un aumento en la producción del factor de crecimiento endotelial y una disminución de la trombospondina-1 (molécula que inhibe la angiogénesis), que a su vez permite un aumento en la secreción del factor de crecimiento vascular plaquetario. Como consecuencia surgen las telangiectasias. Por otro lado, crece la pigmentación cutánea con lesiones lentiginosas.

## ANATOMIA PATOLOGICA DEL ENVEJECIMIENTO

Dermis: cambios más tempranos

- Fibras elásticas se engrosan y tuercen
- Cambios degenerativos de las fibras colágenas
- Excesivo depósito de glicosaminoglicanos (GAGs)
- Infiltrado inflamatorio
- Telangiectasias, desaparición de los vasos

Epidermis:

- Inicialmente se engrosa y posteriormente se atrofia
- Aumento del número de melanocitos
- Disminución de células de Langerhans

## TRATAMIENTO

Los **Retinoides** son los más usados. Se clasifican en:

1º generación = no aromáticos (Ac. Retinoico)

2º generación = monoaromático

3º generación = poliaromáticos (Adapaleno)

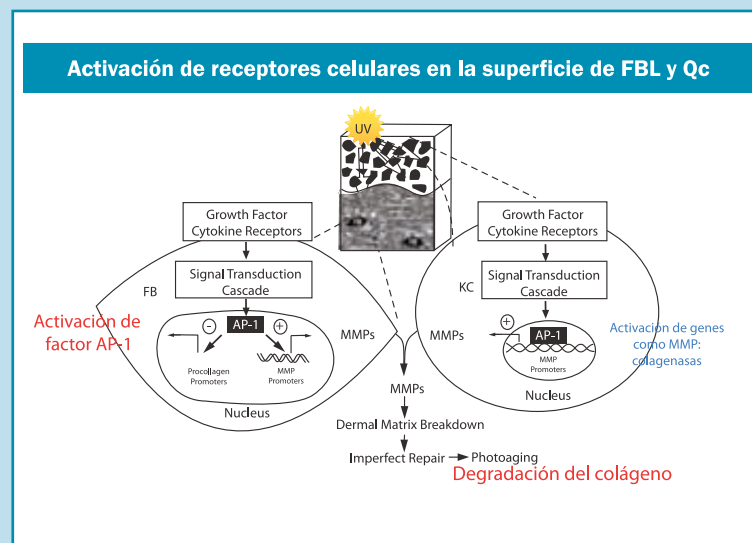
Mecanismo de acción:

-Interrumpe la transcripción de AP-1,

-Aumenta la formación de vasos sanguíneos,

-Induce la formación de nuevo colágeno e impide su degradación.

Clasificación clínica del Fotoenvejecimiento de Glogau	
Tipo	Características
<p><b>Tipo 1</b> No arrugas</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fotoenvejecimiento temprano</li> <li>• Cambios pigmentarios leves</li> <li>• No queratosis</li> <li>• Arrugas mínimas o ninguna</li> <li>• Edad: 20s o 30s</li> <li>• Maquillaje mínimo o ninguno</li> </ul>
<p><b>Tipo 2</b> Arrugas en Movimiento</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fotoenvejecimiento temprano a moderado</li> <li>• Lentigos seniles tempranos visibles</li> <li>• Queratosis palpables pero no visibles</li> <li>• Comienzan a aparecer líneas paralelas alrededor de la boca</li> <li>• Edad: 30s tardíos o 40s</li> <li>• Poca base de maquillaje</li> </ul>
<p><b>Tipo 3</b> Arrugas en reposo</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fotoenvejecimiento avanzado</li> <li>• Discromías y telangiectasias obvias</li> <li>• Queratosis visibles</li> <li>• Arrugas en reposo</li> <li>• Edad: 50s o mayor</li> <li>• Siempre utiliza base de maquillaje espesa</li> </ul>
<p><b>Tipo 4</b> Sólo arrugas</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fotoenvejecimiento severo</li> <li>• Coloración de la piel amarillenta o grisácea</li> <li>• Presencia de lesiones malignas</li> <li>• Sólo arrugas profundas, no piel normal</li> <li>• Edad: 6ª o 7ª década</li> <li>• No puede usar base de maquillaje porque se cuartea</li> </ul>



Dentro del citoplasma celular, el Ácido Retinoico se une a una proteína transportadora (CRABP I y II- que se localiza preferentemente a nivel cutáneo en queratinocitos y fibroblastos), que lo traslada al núcleo. Allí se encuentran receptores del ácido retinoico (RAR alfa, beta y gama) y receptores X (RXR, alfa, beta y gama).

En este proceso de fusión existe una unión fuerte y selectiva RAR-β y RAR-γ (presentes en los queratinocitos a partir de la capa granulosa, regula el proceso de diferenciación terminal)

No se une a los CRABP (Relacionados con mayores efectos secundarios)

El ácido retinoico o tretinoína revierte los daños estructurales inducidos por la radiación UV, genera engrosamiento de epidermis (granulosa), produce exfoliación de hiperqueratosis irregulares, disminuye la melanina y colabora en la formación de colágeno.

Actualmente, el más usado es el retinoides de 3º generación, **ADAPALENO**, ya que por su diseño, alta eficacia y mejor tolerabilidad, aumenta el cumplimiento y la adherencia de cualquier tratamiento, posee estabilidad química y menor potencial de irritación que otros. Se presenta en concentraciones de 0.1% y 0.3 %; esta última es la más usada.>>>



SERVICIO DE EMERGENCIAS DEL HOSPITAL AUSTRAL

Profesionalismo y amistad  
para llevar adelante una tarea  
estresante



Ubicado en la localidad de Pilar, el Servicio de Emergencias del Hospital Universitario Austral, forma parte del Centro Académico de Salud de la Universidad Austral. Es por eso que sus directrices son la investigación, la promoción de la actividad docente y el alta calidad médica. El Servicio de Emergencias está integrado por ciento veinte médicos, entre los cuales se encuentran diferentes especialistas; treinta enfermeros, la mayoría de la Escuela de Enfermería de la propia universidad y veinticinco administrativos que rotan para cubrir las veinticuatro horas de los siete días de la semana. Diariamente son atendidas entre quinientas y seiscientas personas, por lo que se necesita un buen equipo para cubrir la demanda. El Dr. Marcelo Rodríguez, Jefe del Servicio, sostiene que *“el trabajo para construir un equipo eficiente y solidario es permanente. No se puede desempeñar una actividad estresante, si no hay un buen grupo humano detrás. Por eso decimos que buscamos trabajar como un conjunto de profesionales que llevamos adelante la tarea como amigos”*.

#### ¿CÓMO ES UN DÍA EN EL SERVICIO DE EMERGENCIAS?

La jornada se inicia a las ocho de la mañana con el cambio de guardia, aunque es una manera de decir, ya que el día en un

Servicio de Emergencias no tiene comienzo ni final. Los profesionales que se retiran pasan la posta con un minucioso relato de los pacientes ingresados en las últimas horas. Hablan de sus historias clínicas, los tratamientos, y las posibles derivaciones. Los médicos que ingresan descansados escuchan atentos mientras se visten con sus guardapolvos blancos, cargándose en el cuerpo la responsabilidad que tendrán de salvar vidas.

La mecánica de trabajo exige una organización muy específica que los lleva a resolver los centenares de casos diarios. Para ello, se valen de una técnica canadiense que consiste en la evaluación del paciente que ingresa, categorizándolo según el riesgo de vida. Una enfermera especialmente capacitada lo recibe, revisa su estado, y lo deriva para su atención inmediata o consulta ambulatoria.

Por otra parte, el Servicio cuenta con instalaciones muy equipadas que los habilita a llevar adelante tratamientos de urgencia sin demoras. Tal es el caso del shock room en donde pueden colocar un marcapasos en el momento, o las salas de hemodinamia que les permite realizar cateterismos para desbloquear arterias coronarias insertando stents sin necesidad de traslados a otras áreas.

Los casos de emergencia que reciben exigen la toma de deci-





siones permanentes y la precisión es fundamental. La asertividad en los tratamientos a seguir son características fundamentales para un emergentólogo que demanda concentración y agilidad mental.

Sobre el final del día, el equipo suele reunirse para analizar los casos tratados y revisar los procesos para optimizar los resultados. Los médicos describen ese encuentro como un momento catártico y de intercambio de ideas que generalmente deja un aprendizaje.

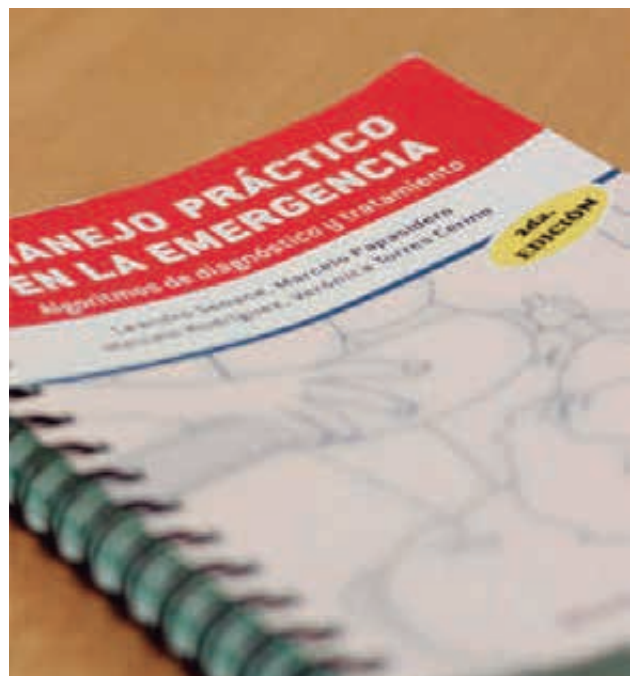
Todos coinciden en que la satisfacción de ver a un paciente salir de la internación es la mejor imagen que pueden atesorar en su memoria. Son muchos los casos que el equipo cita y las sonrisas en sus rostros pintan la escena de un verdadero equipo que trabaja con absoluta dedicación y entrega.

### GUÍAS DE REFERENCIA: UN MANUAL DE PROCEDIMIENTOS QUE TRASCENDIÓ EL SERVICIO

La toma de decisiones permanente que demanda un servicio de emergencias, generó en los médicos del Hospital Austral la necesidad de documentar las mejores prácticas y procedimientos de asistencia al paciente en guías de diagnóstico y tratamiento de patologías frecuentes o de difícil abordaje. Buscando minimizar el error, fueron volcando sus experiencias en hojas de algoritmos. De esa manera, lograron establecer más de cuarenta guías de referencia transformando la iniciativa en un Manual de Procedimientos que todos los profesionales del Servicio deben aprender y consultar cuando ingresan al equipo o tienen dudas.

En la Argentina son los pioneros en este tipo de iniciativa que la editorial Akadia editó como libro y que se encuentra a la venta en librerías. El proyecto logró resonancia y los ejemplares son requeridos por otros estable-

cimientos de salud que lo utilizan para mejorar su manera de trabajar. Actualmente son más de 200 capítulos con protocolos de atención que ya llegaron hasta México. Felizmente, va por su segunda edición.





#### **CENTRO DE ENTRENAMIENTO DE LA ASOCIACIÓN AMERICANA DEL CORAZÓN**

El Servicio de Emergencias del Hospital Austral es un Centro de Entrenamiento Internacional (CEI) de la American Heart Association. El Dr. Leandro Seoane, es el coordinador y lidera los cursos de Reanimación Cardiopulmonar y primeros auxilios, dentro de los hospitales y fuera de ellos para todo tipo de personas, comunidades, barrios cerrados, clubes deportivos, empresas y colegios.



*El Dr. Marcelo Rodríguez, Jefe del Servicio, cuenta cómo se trabaja para mantener unido al equipo.*

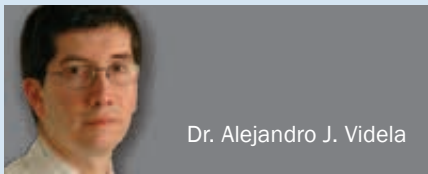


*El Dr. Leandro Seoane, Coordinador de los cursos de la American Heart Association.*

#### **LA ACTIVIDAD FÍSICA COMO RECURSO PARA DESCARGAR LAS TENSIONES**

Los doctores del Servicio han logrado una amistad que los lleva a juntarse en sus tiempos libres. Festejan los cumpleaños, cocinan asados en familia y realizan las más variadas disciplinas deportivas como fútbol, box, running, canotaje y hasta actividad de montaña. Un subgrupo de médicos entrena para escalar picos desafiando no solo sus capacidades físicas, sino también las limitaciones mentales. Ya subieron el Volcán Lanín y ahora van por el Volcán Maipo. Varios coinciden en que el entrenamiento y las exigencias deportivas los ayudan a cargar energías para enfrentar sus próximas experiencias y casos clínicos. <<





Dr. Alejandro J. Videla

# El asma y el broncoespasmo en adultos y niños, una epidemia que podemos controlar.

Dr. Alejandro Videla

Médico Neumólogo, Hospital Universitario Austral  
MN 85057, MP55387

El asma es una enfermedad común que afecta entre el 1 al 18% de las poblaciones. En Argentina, según datos del estudio ISAAC, el 8 % de los niños entre 13 y 14 años sufren de asma.

El mecanismo causante del asma es la inflamación crónica del tejido epitelial que recubre las vías aéreas. Esta inflamación produce hiperreactividad de los bronquios y vías de menor calibre. Clínicamente causa obstrucción con síntomas de tos, falta de aire, cerrazón de pecho y ronquidos o sibilancias audibles.

El grupo cada vez más afectado en todo el mundo son los niños entre 5 y 17 años. Los síntomas pueden presentarse ante estímulos como las infecciones virales, la exposición a aerosoles, cambios bruscos de temperatura o la actividad física. La presencia de síntomas nocturnos es un indicador de que la enfermedad no está controlada. El impacto más claro se da en el ausentismo escolar. Parece afectar principalmente a los pequeños de los centros urbanos y a los grupos socioeconómicos más vulnerables.

Mientras que el 70% del asma en niños tiene síntomas de alergia acompañantes, en adultos puede no asociarse a alergia en la mitad de los casos. Generalmente, la rinitis crónica y el reflujo gastroesofágico acompañan o empeoran los síntomas.

Cuando una persona consulta con cuadros de obstrucción bronquial y semiología que sugiere broncoespasmo, el diagnóstico de asma tiene que considerarse como uno de los más frecuentes y no como cuadros de bronquitis a repetición o

alergia bronquial, como a veces se los termina rotulando. Esto puede llevar a retrasar el inicio del tratamiento que tiene la potencialidad de revertir los síntomas, normalizar la función pulmonar y principalmente, evitar las consultas a guardias, las internaciones y la morbimortalidad del asma. Otra barrera es la creencia de que la enfermedad se inicia siempre en la infancia: hay pacientes que debutan cuando son expuestos ocupacionalmente a desencadenantes o en eventos como el embarazo o la menopausia.

## ESTUDIOS Y TRATAMIENTO

El diagnóstico de asma se confirma y la enfermedad se estadifica con la realización de la espirometría. En toda persona que presenta cuadros de broncoespasmo es útil realizar la medición de la función respiratoria para confirmar si existe la obstrucción y medir su gravedad. Como esta afección se caracteriza porque la obstrucción bronquial es variable, un paciente puede tener espirometría normal si está fuera de crisis y presentar obstrucción cuando se encuentra sintomática. Hay personas en que la percepción de los síntomas está divorciada de la magnitud de la obstrucción bronquial; son los que requieren mayor seguimiento y vigilancia.

Muchos estudios demuestran que los asmáticos están habituados a convivir con síntomas respiratorios, a perder días de trabajo por los síntomas o a limitar su actividad (evitando el ejer-



cicio físico, por ejemplo). Otras barreras son las creencias equivocadas acerca del riesgo cardiovascular de las medicaciones inhaladas – una de las mejores evidencias de que el riesgo del asma no es la muerte cardiovascular fue generada en Argentina desde el Hospital María Ferrer – o la preocupación de tornarse adictos a la medicación.

La gran mayoría de los pacientes responden favorablemente al tratamiento antiinflamatorio. Los broncodilatadores son útiles para revertir los síntomas agudos, pero cuando su utilización se hace frecuente – más de un aerosol mensual- se debe considerar la adición de medicación antiinflamatoria. Los corticoides inhalados y el montelukast son remedios que han demostrado ser capaces de controlar satisfactoriamente la enfermedad. Existen además broncodilatadores de acción prolongada que han simplificado el uso de la medicación y tienen beneficios sinérgicos con los corticoides inhalados.

Los corticoides orales o inyectados pueden utilizarse para suprimir un ataque, pero no son recomendables como medicación de mantenimiento salvo que no se logre el control con los demás tratamientos.

### CONOCER E INSTRUIR

Es muy frecuente que haya errores en la maniobra que impiden que la medicación inhalada cumpla su función. Es central que todo el equipo de salud aprenda a realizar las prácticas, instruya

al paciente y chequee cómo se realizan en todas las oportunidades. En los niños, es común el uso de aerocámaras para garantizar que la medicación llegue al sitio donde debe actuar. Como muchos pacientes consultan solo a la guardia y cuando están sintomáticos, es recomendable aprovechar todas las oportunidades posibles para explicar acerca del carácter crónico y la base inflamatoria de la enfermedad, sobre la necesidad de seguimiento y de usar la medicación. Es bueno recordar que el tratamiento se puede disminuir cuando la enfermedad ha sido controlada. Una barrera que debe considerarse es la falta de acceso a las medicaciones.

Como todas las enfermedades crónicas, es importante crear una buena relación médico/paciente que favorezca al asmático a llevar adelante su propio cuidado, conozca cómo y cuándo usar medicaciones de mantenimiento y de rescate y evite desencadenantes de episodios. También es necesario prevenir infecciones mediante la vacunación antigripal y antineumocócica (en Argentina indicada para el asma grave) y evitar la exposición al humo de tabaco propio y ajeno. A veces, entregar un plan de acción escrito para el caso de un ataque puede significar una gran diferencia. Esto también es aplicable a niños y adolescentes, para hacerlos partícipes del manejo de su enfermedad.

Un recurso útil para aprender sobre la enfermedad es la Iniciativa Global sobre el Asma, que contiene textos en castellano y puede visitarse en el sitio <http://www.ginasthma.org/>



# Ateneo Interhospitalario e Intersocietario organizado por la Sociedad Argentina de Dermatología



APMs Andrómaco: Claudio Moliterno, Rodrigo Gutierrez, Javier Navarro, Hugo Carrot, Roberto Santise, Jorge I´Oca

APMs Andrómaco: Claudio Moliterno, Rodrigo Gutierrez, Javier Navarro, Roberto Santise, Juan Manuel Ricci Oubiña

Dra. Virginia Mur, Dra. Jесica Berberian y APM Jorge I'Oca

## 1er. Reunión Interdisciplinaria de Psoriasis



Dra. Débora Kaplan con APM Jorge I´Oca

Dra. Nora Poggio, Dra. Marcela Lustia y APM Jorge I'Oca

Dra. Débora Gover y APM Andrómaco Cristian Daniel Fernández

## 2º Congreso Argentino de Neonatología



Stand de Laboratorios Andrómaco

Fuerza de Venta de Laboratorios Andrómaco: Juan José Forte, Juan Carlos Rivero y Eduardo Vandemeuler

Stand de Laboratorio Andrómaco

# dermaglós

Desde el primer momento  
y para toda la vida



## crema

Vitamina A 600.000 U.I.  
50, 100 y 200 g

## emulsión

Vitamina A 300.000 U.I.  
100, 200 y 400 ml

Venta bajo receta



### Indicado en:

Prevención de estrías. Sequedad cutánea severa. Cicatrización de heridas<sup>1</sup> y quemaduras.  
Dermatitis profesionales. Irritaciones y eritemas. Escaras, escoriaciones y erosiones.  
Tratamiento coadyuvante de la corticoterapia<sup>1</sup>.

dermaglós.com | 0800-333-0033

 Andrómaco



# LLEVATE BIEN CON EL TIEMPO.



## NUEVA CREMA CONTORNO DE OJOS DERMAGLÓS

Previene y corrige las arrugas y líneas de expresión.

Descongestiona las bolsas y aclara las ojeras.

Única con Factor de Protección Solar 25.

[dermaglos.com](http://dermaglos.com) 

dermaglós