

## Ideas

### BISUTERÍA Artesana

● Verónica de Sebastián es el alma de Verili. Lleva 38 años diseñando bisutería de sentimientos, todas las joyas se realizan a mano y son piezas únicas y exclusivas. Sus diseños están inspirados en cualquier momento de la vida y en la naturaleza, cada diseño tiene un nombre y una historia que contar. Los ingresos de Verili van destinados a

Misiones de Amor.

[www.verili.es](http://www.verili.es)



### CUIDADO DE LOS MAYORES Servicios a domicilio

● Careme es una plataforma para la asistencia a domicilio a las personas mayores. Careme te ayuda a buscar la persona que necesitas para cuidar y mejorar la salud de tu ser querido en su propio hogar. Puedes solicitar desde acompañamiento para ir al hospital, a pasear, ayuda en el día a día, cuidados externos, belleza a domicilio, cuidados por hora, cuidados de larga duración...

[www.careme.es](http://www.careme.es)



### KUMQUAT Ingrediente estrella

● La marca de cosmética Jowae ha incorporado a su nueva gama una fruta muy respetada en Corea, el Kumquat. Esta fruta es muy rica en Vitamina B y C, en carotenos y en minerales esenciales, ideales para hidratar la tez.

[www.jowae.es](http://www.jowae.es)

**JOWAÉ**  
RECHÈRE & INNOVATION



GAMA HIDRANTE ENERGIZANTE  
CON LUMIFENOLES ANTIOXIDANTES Y KUMQUAT

### PERFECCIÓN INSTANTÁNEA Tez sin defectos

● La base alisante de Nuxe sin color corrige los signos de un estilo de vida intenso y urbano. Su efecto totalmente natural enamorará a las adeptas a la tendencia *no make-up*. Sus resultados son visibles en tan solo 15 segundos y también se puede utilizar como prebase de maquillaje. Entre sus ingredientes destacan aceite vegetal y polvo de sílice natural. PVP: 27,50 €.



### LUCHAR Y PREVENIR Contra el VPH

● Papiocare, de Procare Health, es un gel vaginal que consigue que las lesiones en el cérvix de bajo grado causada por el Virus del Papiloma Humano sean normalizadas en tres meses de tratamiento en el 70% de las pacientes tratadas. Este afección es la principal causa del cáncer de cuello de útero.



### MIEL EXQUISITA Método tradicional



● Marqués de Valdeuza elabora una miel de abeja totalmente respetuosa con el medio ambiente y con las abejas. Cuenta con sus propias colmenas y utiliza métodos tradicionales para obtener una miel de una calidad organoléptica excelente para el paladar y la salud. [www.marquesdevaldeuza.com](http://www.marquesdevaldeuza.com)

## SOLUCIONES A LOS PASATIEMPOS DE LA SEMANA ANTERIOR

#### DAMERO Nº 2.604

He publicado versos en todos los calendarios, escribo en un periódico de niños, y quiero comprarme a plazos una flor natural como las que le dan a Pemán algunas veces.

Clave: G. (Gloria) Fuertes. Autobiografía.

#### SUDOKU Nº 834

8	3	5	6	1	2	4	7	9
9	7	4	5	8	3	6	2	1
2	1	6	9	4	7	8	5	3
4	9	7	8	6	5	3	1	2
1	5	8	3	2	4	9	6	7
6	2	3	7	9	1	5	4	8
3	4	1	2	5	9	7	8	6
7	8	2	4	3	6	1	9	5
5	6	9	1	7	8	2	3	4

#### SOPA DE LETRAS

Z N R U K E K Z A O R D I O E R D C A  
 E N I D E N I Z L L E I U O A Z Q O  
 I K U A O R O Z K I U I S I O C K Z L  
 O C L N K E I I O O U A A L N N A N U  
 E N K D N O N E Z Z S S L D Z C S L  
 L K L O O R E A E S U D L D K A E O A  
 Z O E K I C O U S E U O S O L C A R  
 N N E E I Z O R E S Z R L A O S C R  
 A O A R S R O L A O N Z L U Z E E A  
 A A N N A U C K R O L L E Z S K I Z  
 Z K U E N Z A Z I N L U O N K D O N D

#### CRUCIGRAMA Nº 2.551

**HORIZONTALES:** 1: Huesosa. 2: Censurar. 3: Jerapellina. 4: Ana. Ola. OTI. 5: Bi. Aréis. Er. 6: Acusa. Surco. 7: Tera. Fies. 8: Arada. Orada. 9: Soler. Mimas. 10: Serenados. 11: Sastras.  
**VERTICALES:** 1: Jabatas. 2: Ceniceros. 3: Hera. Urales. 4: Una. Asadera. 5: Espora. Ares. 6: Suele. Nt. 7: Orláis. Omar. 8: Sal. Sufrida. 9: Ario. Riamos. 10: Antecedas. 11: Airosas.

salud

Por Ana Gómez Viñas  
agomez@hearst.es

# Prevención del VPH

El virus del papiloma humano (VPH) es una de las enfermedades de transmisión sexual más comunes y responsable del cáncer de cuello de útero. La vacunación es la estrategia preventiva contra este virus.

Cada año, en nuestro país, se diagnostican 2.500 nuevos casos de cáncer de cuello de útero y por su causa fallecen 850 mujeres, según datos de la Asociación Española de Patología Cervical y Colposcopia.

Según Procare Health, se trata de un tipo de cáncer totalmente prevenible. En España, es el cuarto más frecuente entre las mujeres, especialmente entre las jóvenes entre 14 y 44 años de edad.

Esta patología se produce por el contagio del VPH, que se transmite por contacto sexual. El 80% de la población se ha contagiado en alguna ocasión. Pese a esta

alta incidencia, en el 90% de los casos el virus desaparece, gracias al propio sistema inmunológico capaz de resolver la infección, según refiere Procare Health. En el 10% restante, la infección persiste, pudiendo desembocar en la aparición de lesiones precancerosas.

Una de las medidas preventivas más eficaces es la vacunación. En España, se aplica a niñas entre 11 y 14 años y ha demostrado su eficacia para prevenir las lesiones cervicales. Al tratarse de una enfermedad de transmisión sexual, otra medida preventiva es el uso de preservativo en las relaciones.



## LAS PRUEBAS DE CRIBADO

Las pruebas de cribado (ya sea la citología vaginal o test de Papanicolaou y la prueba de detección del VPH) son herramientas fundamentales para detectar de forma temprana una lesión anormal en el cuello del útero. En este sentido son esenciales las revisiones ginecológicas. Según Procare Health, como medida preventiva frente al desarrollo de lesiones de cuello de útero, hay tratamientos no invasivos indicados para las mujeres con VPH, cuya acción consiste en tratar las lesiones cervicales de bajo grado.

