



Un 26% desconocía su condición **P.2**

Una encuesta reveló que 6 de cada 10 argentinos tienen la presión arterial elevada

Es un factor de riesgo que está considerado el principal desencadenante de enfermedades cardiovasculares.

Nuevo estudio / P. 4

ALERTAN POR LOS RIESGOS DE "VAPEAR" EN LA ADOLESCENCIA

→ BREVE

LECHES DE FÓRMULA

Organizaciones de la sociedad civil, con apoyo de Unicef Argentina, presentaron un proyecto de Ley Integral de Comercialización de Sucedáneos de Leche Humana con el objetivo de regular la venta de fórmulas infantiles para asegurar un "entorno libre de presiones comerciales y marketing abusivo de las empresas". La iniciativa pretende "asegurar un entorno libre de presiones comerciales y marketing abusivo".

CONTRA LAS VIOLENCIAS

El Ministerio de Justicia y Derechos Humanos lanzó la primera encuesta nacional sobre las violencias ejercidas contra la población LGBTI+, que indaga sobre los efectos comunitarios de los delitos de odio cometidos contra dicha comunidad. La encuesta se realiza a través de un formulario online, anónimo, orientado a mayores de 16 años, y servirá para diseñar políticas públicas de protección, asistencia y contención a la población LGBTI+.

PROYECTOS SOBRE ELA

Unos diez proyectos de distintas instituciones fueron seleccionados por el Ministerio de Ciencia, Tecnología e Innovación y la Fundación Esteban Bullrich para investigar sobre la situación socio emocional de las personas con diagnóstico de esclerosis lateral amiotrófica (ELA) y, cuando sean presentados sus resultados es importante "articular investigaciones", indicó la socióloga Andrea Strelkov, de la Asociación ELA Argentina.

→ Nutrición **P.3**



Edulcorantes. La OMS desaconsejó su consumo y advirtió por consecuencias sobre la salud.

Edulcorantes: por qué la OMS advierte sobre su consumo

El organismo internacional finalmente se pronunció sobre su uso y lo desaconsejó al afirmar que no sirven para controlar el peso corporal o reducir el riesgo de enfermedades no transmisibles (ENT), al tiempo que advirtieron por posibles consecuencias para la salud en el largo plazo.

→ EN PROVINCIA

**Parto respetado:
6 de cada 10
gestantes están
acompañadas**

En el año 2022, 6 de cada 10 personas gestantes estuvieron acompañadas durante el trabajo de parto por la persona de confianza elegida, sin importar su género o parentesco, y por el equipo de salud, lo que significó el valor más alto de los últimos 10 años.

Teniendo en cuenta que se ha observado que estar acompañada/o disminuye la tasa de cesáreas, el parto instrumental y aumenta la posibilidad de tener un parto vaginal, las actividades que se llevarán a cabo en la provincia pondrán el foco en la idea de que "acompañar es salud y es respetar los deseos y decisiones de las personas gestantes", según se informó desde el Ministerio de Salud bonaerense. ■

CORREO
DE LECTORES

vidaysalud@dib.com.ar

vida&salud hoy

Semana del 18 al 24 de mayo de 2023.
Edición N°1272. Año 21.

Medios Gráficos que insertan el suplemento en sus ediciones e imprimen en sus talleres:

Ecos Diarios, Necochea. Calle 62 N°2486**El Debate**, Zárate. Justa Lima N° 950**El Norte**, San Nicolás. Francia N°64**El Progreso**, General Alvear. Alsina N°231**El Tiempo**, Azul. Burgos y Belgrano**La Mañana**, Bolívar. Alvear N°47**La Mañana**, 25 de Mayo. Calle 11 e/ 23 y 24 N° 457**La Opinión**, Trenque Lauquen. Roca N°752**La Razón**, Chivilcoy. Av. Sarmiento N°74**La Voz de Bragado**, Bragado. Belgrano N°1650**La Voz del Pueblo**, Tres Arroyos. Av. San Martín N°991**Noticias**, Pehuajó. Av. Perón N°370**Resumen**, Pilar. San Martín N°128**El Progreso**, Hurlingham. Julio A. Roca N°1065**Tiempo**, Nueve de Julio. Libertad N°759**TiempoSur**, Santa Cruz. Comodoro Rivadavia

N°175

Impacto, de Los Toldos. Avellaneda N°604Es una publicación propiedad de
Diarios Bonaerenses S.A.**Edición periodística:** Marien Chauf:
mchaluf@dib.com.ar - marienchauf@gmail.com**Oficina Central**
Calle 48 N° 726, piso 4°. La Plata, Buenos Aires.
Telefax (0221) 4220054 / 4220084**Contactos**
E-mail: editor@dib.com.ar
E-mail: publicidad@dib.com.ar
Internet: www.dib.com.ar

SOCIEDAD ARGENTINA DE HIPERTENSIÓN

**Una encuesta reveló que 6 de cada 10
argentinos tienen la presión arterial elevada****Un 26% desconocía su condición. Es un factor de riesgo que está considerado el principal desencadenante de enfermedades cardiovasculares.**

■ Sobre la base de 50.971 argentinos que se sumaron voluntariamente a controlar su presión arterial, el relevamiento observó que 6 de cada 10 tenían la presión elevada (60.2%), de los cuales un 26,5% desconocía su condición, y de aquellos con diagnóstico de hipertensión, 4 de cada 10 (40.6%) pese a estar bajo tratamiento no tenían la presión bajo control. Mientras que un 3% directamente ni siquiera se trataba.

Estos son los resultados dados a conocer en el marco del Día Mundial de la Hipertensión Arterial, que se conmemoró el 17 de mayo, por la Sociedad Argentina de Hipertensión Arterial (SAHA).

La campaña 'Conoce y Controla tu Presión Arterial (CyC), una iniciativa que promueve la medición y el control de un factor de riesgo que está considerado el principal desencadenante de enfermedades cardiovasculares como el infarto o el accidente cerebrovascular (ACV) y también de insuficiencia renal, además de ser la principal causa de muerte y discapacidad en el mundo entero.

En resumen, de los relevamientos en personas con una edad promedio de 54.8 años de la campaña Conoce y Controla tu Presión Arterial 2022 de la SAHA, sobre el total de los hipertensos (60.2%) menos de 1 de cada 3 (31.4%) tenían su enfermedad bajo control.

"Llamativamente año tras año los resultados de este relevamiento muestran que los parámetros no mejoran, y sigue siendo muy alto el nivel de hipertensos sin diagnóstico o que no tienen bien controlada su enfermedad", afirmó Nicolás Renna, médico cardiólogo universitario, doctor en medicina, presidente de la SAHA.

La edición 2023 de la campaña CyC comenzó el 17 de mayo, Día Mundial de la Hipertensión, y se extiende hasta el 14 de septiembre (14/9), que es la fecha instaurada por la propia SAHA por su relación con las cifras de presión arterial 140/90 mmHg, valor a partir del cual se considera 'hipertensión'. La invitación es amplia, e incluye a todos aquellos mayores de 18 años que quieran conocer su nivel de presión arterial y se acerquen a los puestos de medición instaurados por la SAHA en la vía pública, generalmente en las cercanías de hospitales y centros médicos.

Desde la SAHA recalcan que los valores consignados por el relevamiento no deben tomarse con criterio estadístico, porque no tiene un diseño que permita darle ese rigor, sino que es una iniciativa que tiene por objetivo crear conciencia sobre la importancia de la medición. No obstante, reconocen, no deja de ser un indicador del elevado subdiagnós-

**Hipertensión.** Una encuesta reveló que 6 de cada 10 argentinos tienen la presión arterial elevada.

tico y de falta de control existente.

La actividad, forma parte de una campaña internacional liderada por la Sociedad Internacional de Hipertensión (ISH) y la Liga Mundial contra la Hipertensión Arterial (WHL) y, entre otros, este año en nuestro país cuenta con el apoyo de Upjohn división de Pfizer.

"Más allá de la participación en el relevamiento, que siempre es valorada, nos interesa transmitir la importancia de que la gente conozca sus valores, y que aquellos que ya tienen diagnóstico de hipertensión se controlen también en sus casas con tensiómetros automáticos, digitales y validados, que son los dispositivos más recomendados", insistió Marcos Marín, médico cardiólogo especialista en Hipertensión Arterial, ex Presidente de la SAHA y Coordinador de la Campaña 'Conoce y Controla tu Presión Arterial 2023.

NUEVAS PAUTAS

Un reciente consenso de expertos publicado en la revista científica 'The American Journal of Medicine', estableció las pautas para medir la presión arterial en el consultorio.

Ellas incluyen, entre otras, que se realice con tensiómetros automáticos, ya que elimina el error humano asociado con los dispositivos manuales (deficiencias auditivas, redondeos) y requieren menos capacitación. También minimizan las interacciones entre el paciente y el profesional de la salud, disminuyendo distracciones durante las fases preparatoria y de medición, a la vez que le permite al profesional realizar otras tareas durante las mediciones.

"Sin embargo, el propio consenso deja en claro que las mejores mediciones son aquellas realizadas fuera de la clínica, en el hogar, y que las pautas son plenamente extrapolables. Por eso no nos cansamos de insistir en los controles domiciliarios: pocas enfermedades pueden ser detectadas de una forma tan sencilla como con una simple medición hogareña a cargo del propio individuo; en el caso de que luego de 3 tomas consecutivas se obtengan valores iguales o superiores a 140/90 mmHg, será imperiosa la consulta médica para establecer un programa integral de tratamiento", afirmó Pablo Rodríguez, médico

especialista en Cardiología, Medicina Interna e Hipertensión Arterial, Secretario de la SAHA.

"El tratamiento incluye medicamentos periódicos y cambio de hábitos de alimentación y actividad física, pero en la gran mayoría de los casos las personas con hipertensión para mantener bajo control sus niveles de presión arterial van a necesitar la indicación de 1, 2 y hasta 3 medicamentos; idealmente recomendamos aquellos que incluyen más de una droga en una misma cápsula o comprimido, ya que cuanto menor sea la cantidad de tomas, mayor será el grado de cumplimiento por parte del paciente", completó Diego Márquez, médico nefrólogo, tesorero de la SAHA.

"Otro tema en el que insistimos desde la SAHA es en la medición sistemática de la presión arterial en cada oportunidad que tenga el médico con su paciente en su consultorio, aún en aquellas especialidades no tan emparentadas con la clínica o con la cardiología, sabemos que lamentablemente este control en muchas ocasiones no se realiza", completó Marín. ■

Las vacunas del calendario nacional están en la aplicación Mi Argentina



El Ministerio de Salud informó que se encuentra disponible, en la aplicación Mi Argentina, el servicio que permite, con identidad validada, que las personas vean las vacunas de Calendario Nacional aplicadas durante 2023, incluidas en el Registro Federal de Vacunación Nominalizado (Nomivac).

Al respecto, la ministra de Salud, Carla Vizzotti, destacó la importancia de contar con el registro de vacunas aplicadas en Mi Argentina y agradeció a la Secretaría de Innovación Pública "por esto y por todo lo que hicieron en la pandemia, por dar este salto de innovación en el Estado en general y en salud en particular".

Por su parte, la subsecretaria de Servicios y País Digital de la Secretaría de Innovación Pública, Ana Carina Rodríguez, destacó que la implementación junto con el Ministerio de Salud "fortalece lo que ya venimos trabajando en conjunto, como la credencial internacional de vacunación Covid-19".

Desde enero de este año, es obligatoria la carga de las dosis por parte de las jurisdicciones en dicho registro. En el caso de no figurar las vacunas, las personas podrán realizar el reclamo mediante un formulario que se encuentra en la página del sitio, el cual será derivado a los responsables provinciales para su actualización.

NUTRICIÓN

La OMS desaconseja el uso de edulcorantes y habla de efectos adversos a largo plazo

Afirmaron que no son factores dietéticos esenciales y carecen de valor nutricional. "Las personas deberían reducir totalmente el dulzor de la dieta, desde una edad temprana", señalaron desde el organismo.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) finalmente se pronunció sobre el uso de edulcorantes y desaconsejó su uso al afirmar que no sirven para controlar el peso corporal o reducir el riesgo de enfermedades no transmisibles (ENT), al tiempo que advirtieron por posibles consecuencias para la salud en el largo plazo.

La recomendación se basa en los resultados de una revisión sistemática de la evidencia disponible, que sugiere que "el uso de edulcorantes no azucarados no confiere ningún beneficio a largo plazo en la reducción de la grasa corporal en adultos o niños. Los resultados de la revisión también sugieren que puede haber posibles efectos indeseables de su uso a largo plazo, como un mayor riesgo de diabetes tipo 2, enfermedades cardiovasculares y mortalidad en adultos".

"La sustitución de azúcares libres por edulcorantes no ayuda a controlar el peso a largo plazo. Las personas deben considerar otras formas de reducir la ingesta de azúcares libres, como consumir alimentos con azúcares naturales, como la fruta, o alimentos y bebidas no azucarados", dijo Francesco Branca, director de Nutrición e Inocuidad de los Alimentos de la OMS.

"Los edulcorantes sin azúcar no son factores dietéticos esenciales y carecen de valor nutricional. Las personas deberían reducir totalmente el dulzor de la dieta, desde una edad temprana, para mejorar su salud", agregó.

La recomendación se aplica a todas las personas, excepto a las que padecen diabetes preexistente, e incluye todos los edulcorantes no nutritivos sintéticos y naturales o modificados que no están clasificados como azúcares y se encuentran en alimentos y bebidas manufacturados, o que se venden solos para que los consumidores los añadan a alimentos y bebidas, precisa la directriz de la agencia sanitaria de la ONU, con sede en Ginebra, Suiza.

Entre los edulcorantes no nutritivos más comunes se encuentran el acesulfamo-K, el aspartamo, el advantamo, los ciclamatos, el neotamo, la sacarina,

la sucralosa, la estevia y los derivados de la estevia, detalla.

OTROS PRODUCTOS

La OMS aclara que la recomendación no se aplica a los productos de higiene y cuidado personal que contienen edulcorantes no azucarados, como dentífricos, cremas para la piel y medicamentos, ni a los azúcares y alcoholes de azúcar (polioles) bajos en calorías, que son azúcares o derivados del azúcar que contienen calorías y, por tanto, no se consideran edulcorantes no azucarados.

Debido a que el vínculo observado en la evidencia entre los edulcorantes no azucarados y los resultados en enfermedad podría estar confundido por las características basales de los participantes en el estudio y los complicados patrones de uso de estos edulcorantes, la recomendación se ha evaluado como condicional, siguiendo los procesos de la OMS para el desarrollo de directrices.

Esto indica que las decisiones políticas basadas en esta recomendación pueden requerir un debate sustantivo en contextos nacionales específicos, vinculados, por ejemplo, al alcance del consumo en diferentes grupos de edad, sostiene la OMS.

La directriz de la OMS sobre los edulcorantes no azucarados forma parte de un conjunto de directrices existentes y futuras sobre dietas saludables cuyo objetivo es establecer hábitos alimentarios sanos para toda la vida, mejorar la calidad de la dieta y disminuir el riesgo de ENT en todo el mundo.

LA OPINIÓN DE LOS ESPECIALISTAS

Especialistas en nutrición opinaron sobre la recomendación de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y destacaron que es una "ansiada declaración", pero que en general hay que formar hábitos alimenticios y "acostumbrarnos a consumir alimentos con la menor cantidad de azúcares".

"Siempre sostuvimos la postura de que los edulcorantes no se deben con-



Edulcorantes. La OMS afirma que no ayudan a bajar de peso y hacen daño a la salud.

sumir y celebramos que la OMS haya establecido esta postura a través de estas guías, porque hasta el momento no lo había hecho", señaló a la agencia estatal Télam Victoria Tiscornia, licenciada en nutrición e investigadora de la Fundación Interamericana del Corazón (FIC) Argentina.

Lo más importante es que esta declaración brinda "evidencia acerca del uso de edulcorante para que pueda ser utilizada en el diseño de políticas públicas como la del Etiquetado Frontal (Ley N° 27.642 de Promoción de la Alimentación Saludable).

Tiscornia explicó que "los edulcorantes no azucarados no tienen ningún beneficio en reducir la grasa corporal" de las personas, que es la principal excusa para usarlo, "pero no sólo no sirve para reducir la obesidad, sino que además aumenta el riesgo de padecer enfermedades, por eso se desaconseja para toda la población".

"La mayoría de los alimentos que contienen edulcorante son, en su mayoría, productos ultra procesados y, cuando uno consume estos productos está desplazando el consumo de alimentos naturales o mínimamente procesados que son los saludables", precisó la especialista, y remarcó que esto provoca un "impacto negativo en la salud de la población".

Por su parte, Silvina Tasat, nutricionista y miembro de la Sociedad Argentina de Nutrición (SAN) señaló que la

OMS realizó meta análisis y estudios observacionales siendo "un parámetro no muy válido para semejante declaración", aunque "tenemos que acostumbrarnos a consumir alimentos con la menor cantidad de azúcares y menor tenor de dulzor posible".

"Creo que estos son comunicados que tienen que venir de la mano de una educación alimenticia, porque quizás la gente vuelva al azúcar y entonces vamos a incrementar más el hecho de la obesidad y las enfermedades no transmisibles", consideró.

Todas las novedades y tendencias en salud encontralas ahora en

WWW.VIDAYSALUDHOY.COM.AR

SEGÚN NUEVO ESTUDIO

Los riesgos de “vapear” en la adolescencia

Los jóvenes pueden desarrollar la tendencia de fumar de forma persistente y más intensa.



Vapeo. Los adolescentes que usan esos cigarrillos suelen desarrollar la adicción con el tiempo.

■ Los fumadores jóvenes que vapean pueden tener un mayor riesgo de fumar de forma persistente y más intensa al final de la adolescencia, según revelaron los resultados de dos estudios realizados en el Reino Unido y Estados Unidos, publicados en la revista Tobacco Control.

Los resultados de los estudios revelaron, a pesar de las diferencias nacionales en regulación y comercialización de cigarrillos electrónicos en ambos países, que estos pueden “profundizar los patrones de tabaquismo, lo que se conoce como la ‘hipótesis de afianzamiento’”, según los investigadores.

La prevalencia del tabaquismo entre los adolescentes descendió considerablemente las últimas décadas, sin embargo, los jóvenes que empezaron a fumar antes de los 15 años son especialmente vulnerables a desarrollar dependencia de la nicotina, aseguraron.

En ese sentido, para averiguar si el uso simultáneo de cigarrillos electrónicos pueden influir en los futuros patrones de tabaquismo de este grupo y de qué manera, se basaron en 1.893 fumadores adolescentes a escala nacional en el Reino Unido y Estados Unidos.

Los participantes en estos estudios fueron encuestados periódicamente sobre el uso de vaporizadores y la fre-

cuencia con la que fumaban cigarrillos convencionales hasta los 17 años, consignó la agencia Europa Press.

Entre los primeros fumadores adolescentes del Reino Unido, el 57% afirmó que también utilizaba vapeadores, mientras que en Estados Unidos fue del 58%.

Al final de la adolescencia, los que habían fumado al mismo tiempo que consumían vapeadores “tenían más probabilidades de seguir fumando”, aseguraron.

Entre los participantes del Reino Unido, el 61% de los primeros fumadores seguían fumando al final de la adolescencia, frente al 50% de los no fumadores.

Las cifras equivalentes para los participantes de Estados Unidos fueron 42% y 24%, respectivamente.

En tanto, las probabilidades de seguir fumando al final de la adolescencia entre los primeros fumadores simultáneos adolescentes eran un 45% superiores a las de los no fumadores en Estados Unidos y un 119% superiores a las de los no fumadores en el Reino Unido.

Y al final de la adolescencia, el consumo frecuente de tabaco -definido como más de seis cigarrillos a la semana o al menos 27 al mes- era casi el doble de frecuente entre los primeros fumadores de Reino Unido (37%)

que entre los no fumadores (23%).

ESTADÍSTICAS

En general, las probabilidades de fumar con frecuencia frente a no fumar al final de la adolescencia eran el doble entre los primeros fumadores simultáneos que entre los que no habían fumado al principio de la adolescencia en el Reino Unido.

Y las probabilidades de fumar con frecuencia frente a no fumar eran cinco veces mayores entre los primeros fumadores simultáneos que entre los que no habían consumido al principio de la adolescencia en Estados Unidos.

“Estos resultados concuerdan con la hipótesis de que los cigarrillos electrónicos afianzaron a los adolescentes que fumaban a una edad temprana en pautas posteriores de consumo continuado y más frecuente de tabaco”, explicaron los investigadores.

Sin embargo, la introducción de los cigarrillos electrónicos “no supone una transición hacia el abandono del tabaco entre los jóvenes actuales, tanto en Reino Unido como en Estados Unidos”.

Y destacaron que “estos resultados contrastan con los estudios sobre los cigarrillos electrónicos para dejar de fumar entre los adultos, lo que subraya la necesidad de seguir realizando estudios sobre los adolescentes fumadores precoces”. ■



Qué es el angiodema hereditario y cómo afecta a los pacientes

Especialistas advierten sobre los aspectos físicos, mentales, emocionales y sociales de la enfermedad.

■ Un estudio que incluyó 100 argentinos con angioedema hereditario (AEH) reveló que esta enfermedad genética impacta significativamente en la vida de los pacientes y que sólo 1 de cada 6 recibe tratamiento de profilaxis, que es el que ayuda para prevenir o reducir la frecuencia y la gravedad de la aparición de edemas, que son cuadros imprevisibles de hinchazón de alguna parte del cuerpo y que pueden poner en riesgo la vida.

Especialistas destacaron la necesidad de estrategias multidisciplinarias para abordar esta enfermedad y tomar las decisiones terapéuticas adecuadas. Recomendaron, además, consultar con un médico si se experimentan episodios recurrentes de hinchazón.

Cabe señalar que en nuestro país se llevó a cabo un estudio sobre la calidad de vida de las personas con angioedema hereditario (AEH), una enfermedad genética caracterizada por episodios de hinchazón en distintas partes del organismo. El trabajo mostró cómo esta enfermedad impacta en todos los órdenes de la vida, lo que refleja la necesidad de lograr un buen control para evitar o atenuar las crisis.

“Argentina fue pionero en Latinoamérica en términos del conocimiento y la difusión de esta enfermedad, pero nos faltaba tener información publicada. Este trabajo es muy relevante porque incluyó 100 pacientes adultos argentinos, un número muy significativo teniendo en cuenta que el AEH es una enfermedad poco frecuente”, sostuvo Daniel Vazquez, expresidente de la Asociación Argentina de Alergia e Inmunología Clínica (AAAeIC).

Particularmente, el estudio mostró que en estos pacientes la mayoría de los indicadores de salud física, vitalidad, aspectos sociales, emocionales y mentales estaban por debajo en comparación con lo esperable en la población general. “Son personas que viven con más miedo, ansiedad y depresión que el promedio de aquellos que no tienen la enfermedad”, agregó Vazquez.

Es importante destacar que si bien la prevalencia de la enfermedad en general es baja -se estima que afecta aproximadamente a 1 de cada 50,000 personas en todo el mundo, suele ser confundida en las guardias médicas con episodios de alergia, demorándose en ocasiones hasta una década en llegar al diagnóstico, período durante el cual los pacientes sufren recurrentes episodios incluso con riesgo de vida, ante la posibilidad de que se presente un edema de glotis.

Alejandro Berardi, director del Instituto de Asma, Alergia y Enfermedades Respiratorias, GA2LEN ACARE Angioedema Centers of Reference and Excellence, sostuvo que uno de los hallazgos de esta investigación es que “evidencia un cambio significativo en la calidad de vida de los pacientes que están en tratamiento respecto de los que no” y se mostró optimista con el porvenir de las investigaciones y el aporte que representan los avances terapéuticos.

HINCHAZÓN Y DOLOR

El angioedema hereditario ocasiona episodios recurrentes de hinchazón en diferentes partes del cuerpo, incluyendo la piel, las mucosas y vías respiratorias que potencialmente pueden ocasionar la muerte. Suelen ser episodios dolorosos y debilitantes, y pueden durar de varios días a varias semanas, además de ocasionar, a veces, náuseas, vómitos, diarrea y dolor abdominal.

Berardi enfatizó que “esta enfermedad entraña una carga importante para el paciente y para el médico cuando no hay profilaxis a largo plazo. La imprevisibilidad de cada crisis es un factor determinante de estrés que puede afectar tanto física como psicológicamente, hablamos de una enfermedad que se trata con medicación específica y que es de muy difícil acceso para los pacientes por su elevado costo y por la gran reticencia de los pagadores para darle la cobertura adecuada”. ■