



Nuevo estudio P.2

Advierten que patrones de la vida cotidiana podrían predecir el Parkinson

Una investigación asoció comportamientos distintivos entre fenómenos de la vida cotidiana con el posible desarrollo de esta enfermedad.

Lumbalgia / P. 4

CRECEN LAS CONSULTAS POR EL DOLOR DE ESPALDA

→ BREVE

INSOMNIO Y ACV

Un estudio -que acaba de publicarse en la revista especializada *Neurology*, órgano oficial de la Academia Estadounidense de Neurología- confirmó que las personas que tienen dificultades para conciliar el sueño y mantenerlo, pueden presentar hasta 51% más riesgo de sufrir un accidente cerebrovascular. La nueva investigación reveló que las personas menores de 50 años enfrentan un desafío aún mayor.

FIBROSIS QUÍSTICA

La ministra de salud, Carla Vizzotti, anunció la incorporación de la triple terapia moduladora (Trixacar) y botiquines con medicamentos para el tratamiento de la enfermedad de fibrosis quística de páncreas, o mucoviscidosis, en todo el país. La fibrosis quística es una enfermedad priorizada por la cartera sanitaria dentro del Programa Nacional de Enfermedades Poco Frecuentes (EPF) en el marco de la Ley 27.552, que establece el régimen legal de protección y atención.

INTELIGENCIA ARTIFICIAL

El primer fármaco completamente generado por inteligencia artificial entró en la segunda fase de los ensayos clínicos, lo que le permite ser probado en humanos directamente. Este medicamento, llamado INS018_055, busca tratar la fibrosis pulmonar idiopática (FPI), una enfermedad crónica que afecta los pulmones.

→ Abordaje integral P.3



Obesidad. Advierten por la formación insuficiente de los profesionales de la salud en la temática.

Obesidad: la importancia de la capacitación médica

Las predicciones indican que las tasas de obesidad en niños y adolescentes se duplicarán entre 2020 y 2035. Pese a esto, advierten que la mayoría de los profesionales de la salud no recibe preparación especial en el manejo de la enfermedad.

→ ZONOSIS

Enfermedades que provienen de animales: la clave en la prevención

Entre el 60% y 70% de las enfermedades emergentes en el mundo en los últimos 50 años son de origen animal, lo que alerta sobre cómo prevenir las causas de los saltos de agentes patógenos vinculados a la producción intensiva de ganado -que favorece el surgimiento y la reproducción de virus y bacterias-, y pone en foco los movimientos demográficos y el cambio climático.

“La zoonosis son enfermedades infecciosas que habitualmente en la naturaleza tienen como reservorios a animales y se transmiten entre animales y que secundariamente pueden transmitirse a los seres humanos”, explicó el médico infectólogo Tomás Orduna, exjefe del Servicio de Medicina Tropical y Medicina del Viajero del Hospital Muñiz. ■



CORREO DE LECTORES

vidaysalud@dib.com.ar

vida&salud hoy

Semana del 06 al 12 de julio de 2023
Edición N°1279. Año 21.

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

Ecos Diarios, Necochea. Calle 56 N°3011**El Debate**, Zárate. Justa Lima N° 950**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

Martin 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°604

Es una publicación propiedad de

Diaris Bonaerenses S.A.**Director:** Víctor Cabrerós**Consejo Editor:** Haroldo Zuelgaray.**Producción Comercial:** Ricardo Beltrán:
rbeltran@dib.com.ar - rmbelt@gmail.com**Oficina Central**Calle 48 N° 726, piso 4°. La Plata, Buenos Aires.
Teléfono (0221) 4220054 / 4220084**Contactos**

E-mail: editor@dib.com.ar

E-mail: publicidad@dib.com.ar

Internet: www.dib.com.ar

Registro DNDA en trámite

CIENCIA Y SALUD

Nuevo estudio: patrones de la vida cotidiana podrían predecir el Parkinson

Una investigación en la revista Nature asoció patrones distintivos entre fenómenos de la vida cotidiana con el posible desarrollo de esta enfermedad.

■ La información sobre el movimiento de una persona y su calidad del sueño podrían predecir el riesgo de padecer Parkinson, antes de que se manifieste la enfermedad, según los resultados de un estudio realizado en más de 100.000 personas y publicado en “Nature Medicine”.

El estudio involucró a 31.126 personas con una edad promedio de 61 años. Los participantes no tenían antecedentes de accidente cerebrovascular al comienzo de la investigación.

Para hacer el estudio, Cynthia Sandor, de la Universidad de Cardiff (Reino Unido), y su equipo utilizaron información sobre 103.000 personas del Biobanco del Reino Unido, una base de datos de medio millón de personas de entre 40 y 69 años que está a disposición de la comunidad científica. Los datos se obtuvieron gracias al uso de acelerómetros de muñeca, o dispositivos de seguimiento de movimiento, en las personas estudiadas, para identificar la enfermedad de forma precoz.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), “la enfermedad de Parkinson es una afección degenerativa del cerebro asociada a síntomas motores y a otras complicaciones, como el deterioro cognitivo y las alteraciones sensoriales”. Se trata de la patología más común de los trastornos de movimiento y la segunda enfermedad neurodegenerativa más frecuente, luego del Alzheimer.

Dado que no es posible realizar un diagnóstico presintomático de la enfermedad, la detección temprana del Parkinson resulta esencial para iniciar el tratamiento y preservar la calidad de vida del paciente.

LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

En el estudio se asociaron patrones distintivos relacionados con la aceleración del movimiento y la calidad del sueño con la aparición futura y/o con el diagnóstico existente de la enfermedad de Parkinson.

Los científicos descubrieron que la aceleración promedio durante el día se redujo varios años antes del diagnóstico de Parkinson, y que los problemas de interrupción del sueño eran más frecuentes en las personas que terminaron siendo diagnosticadas de esa enfermedad que en los que padecieron otros problemas neurodegenerativos y de movimiento.

Los investigadores encontraron que los modelos de aprendizaje automático entrenados con los datos de los dispositivos de seguimiento de movimiento eran mejores para distinguir la enfermedad de Parkinson, diagnosticada clínicamente



Parkinson. Es la segunda enfermedad neurodegenerativa más frecuente en el mundo, después del Alzheimer.

y mediante los marcadores más utilizados, como los relacionados con el estilo de vida, la genética, la bioquímica sanguínea y los síntomas informados por el paciente.

“El acelerómetro (N.del R: cualquier instrumento destinado

a medir aceleraciones) es una herramienta de detección potencialmente importante y de bajo costo para determinar las personas en riesgo de desarrollar la enfermedad de Parkinson e identificar a los participantes para ensayos

clínicos de tratamientos neuroprotectores”, afirmaron los autores del estudio, aunque insistieron en que sería necesario repetir la investigación con otras cohortes de personas para contrastar y confirmar sus resultados. ■

LA ENFERMEDAD DE PARKINSON

Descrita por primera vez en 1817 por el médico inglés James Parkinson, se trata de una enfermedad del sistema nervioso que afecta a las estructuras del cerebro encargadas del control y la coordinación del movimiento y la postura.

El Parkinson es la segunda enfermedad neurodegenerativa más frecuente en el mundo, después del Alzheimer, y en la mayoría de los pacientes los síntomas aparecen mucho antes que los indicios motores, conocidos principalmente por temblores.

La falta de olfato, estreñimiento, alteraciones durante la etapa de sueño REM o sueño profundo y en el ánimo o depresión,

como la aparición de dolor o trastornos cognitivos pueden indicar que el proceso de esta patología neurodegenerativa comienza en áreas profundas del cerebro y en el tronco cerebral, señaló Ricardo Maiola, médico del Programa de Parkinson y Movimientos Anormales del Hospital de Clínicas.

El especialista señaló que, por su parte, los síntomas motores que hacen al diagnóstico de esta enfermedad son temblor (de reposo), que son oscilaciones rítmicas de las manos que son asimétricas, la lentitud del movimiento (bradicinesia), al igual que las articulaciones, la rigidez (resistencia a la movilización pasiva de las articulaciones) y la inestabilidad postural.

Respecto a cuántas perso-

nas se encuentran afectadas por Parkinson, Maiola señaló que “no tenemos estadísticas oficiales, pero es la segunda enfermedad neurodegenerativa después del Alzheimer” y que “después de los 60 años aumenta la prevalencia, lo cual no quiere decir que los jóvenes no padezcan la enfermedad. Especialmente sucede en quienes tienen mutaciones genéticas”.

El Parkinson es una enfermedad de diagnóstico clínico, es decir, no hay ningún biomarcador o radiología que pueda certificar o descartar la enfermedad, sin embargo, hay estudios que permiten acercar o alejar la probabilidad del diagnóstico.

Dos de cada 10 empleados desconocen si existe la licencia por paternidad



La Defensoría del Pueblo de la provincia de Buenos Aires realizó una encuesta que reveló que 2 de cada 10 empleados varones en relación de dependencia en el ámbito bonaerense, tanto en el sector público como en el privado, no saben si existe o no licencia por paternidad en su actual trabajo.

La encuesta "Los cuidados

en el ámbito laboral" estuvo dirigida a personas de género masculino de 18 años o más, ocupadas en relación de dependencia (ya sea en el ámbito público o privado), residentes en el territorio bonaerense, se realizó de forma online y a través de las 57 delegaciones de la Defensoría en la Provincia, entre junio y agosto del año pasado.

Entre los datos más relevantes se destacan los que refieren al grado de conocimiento sobre las características de las licencias y su uso: 3 de cada 10 trabajadores desconocen la duración de la licencia por paternidad, y 2 de cada 10 de los encuestados padres señala que no se tomó la licencia por paternidad aun

correspondiéndole.

Asimismo, el 20,7% de los trabajadores encuestados no saben si existe o no el reintegro por guardería en su lugar de trabajo, y 2 de cada 10 empleados desconocen si tienen o no el derecho a la licencia para cuidados por enfermedad de persona a cargo, familiar y/o conviviente. ■

SEGÚN UN ESTUDIO INTERNACIONAL

Advierten que la mayoría de los médicos no recibe capacitación en el manejo de la obesidad

Las predicciones indican que las tasas de obesidad en niños y adolescentes se duplicarán entre 2020 y 2035.

Los datos del estudio internacional ACTION Teens muestran que, ofreciendo instancias de formación específica en el manejo de la obesidad a profesionales de la salud, como pediatras y psicólogos, se logra un mejor abordaje integral, derivaciones oportunas y mejores resultados en adolescentes.

No obstante, más de la mitad de los participantes relevados (57%) no había recibido capacitaciones específicas tras su paso por la facultad de medicina, lo que revela una oportunidad para intervenir y mejorar el abordaje que se realiza de esta problemática global. Estos resultados fueron presentados días atrás en el Congreso Europeo sobre Obesidad (ECO) en Irlanda.

Según datos la última Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (EN-NyS) en Argentina, la prevalencia de sobrepeso en niños y adolescentes de 5 a 17 años es de 20,7% y la de obesidad, 20,4%, lo que se traduce en que 4 de cada 10 tienen exceso de peso.

Es posible que cuatro de cada cinco niños con obesidad sigan viviendo con obesidad cuando sean adultos, por lo que toda oportunidad de intervención en esa etapa debe ser muy precisa y contundente para ser exitosa y contribuir a revertir esa tendencia.

El estudio arrojó que entre los adolescentes -de ambos sexos- las redes sociales son más utilizadas como fuente de información sobre manejo de la obesidad que los profesionales de la salud.

"Está claro que tenemos que estar preparados para comprender mejor las necesidades de los niños y adolescentes y para ofrecer el mejor abordaje posible, uno que permita a cada persona lograr un control adecuado del peso corporal y sostenible en el tiempo; este debe ser individualizado a partir de la biología, hábitos, gustos, entorno, manejo de emociones y expectativas de cada individuo", explicó Enrique Berner, médico especialista en pediatría y adolescencia, director

del Posgrado de Atención Integral e Integrada de Adolescentes de la Facultad de Medicina de la UBA.

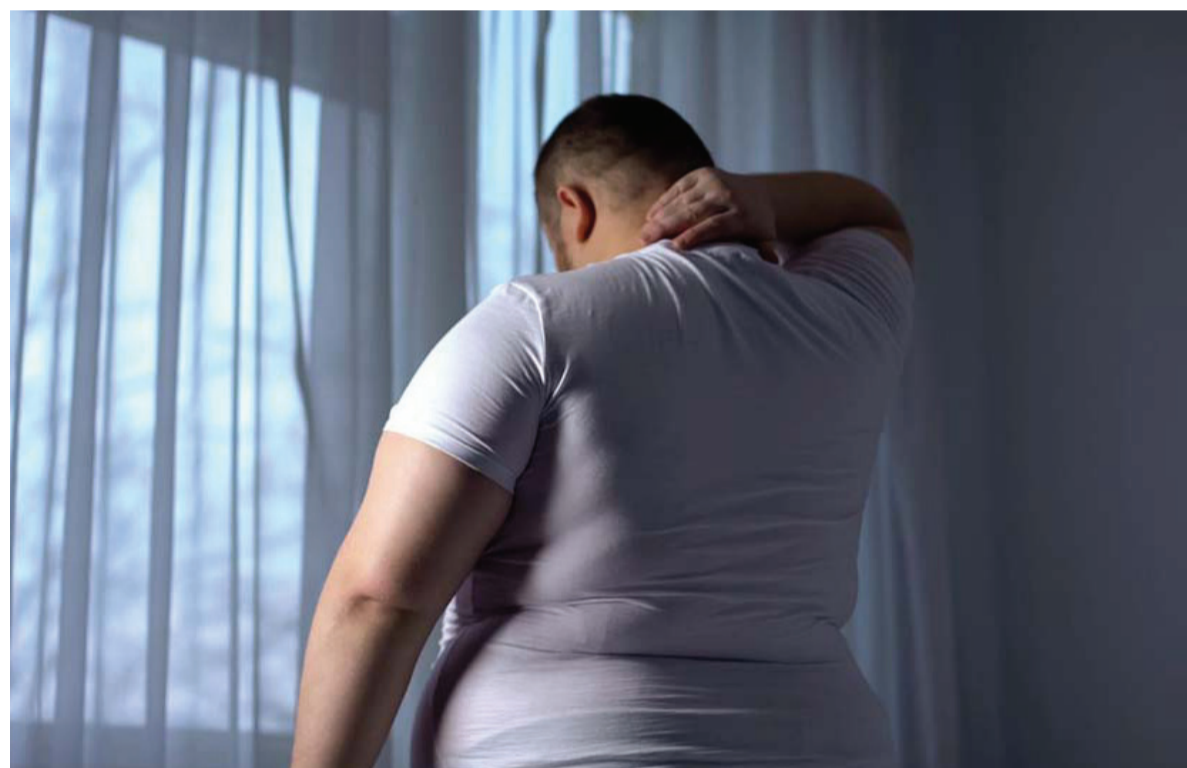
Si un adolescente pide ayuda acudiendo a un profesional de la salud, reconoció el especialista, "no se debe desaprovechar esa oportunidad. Debemos acompañarlo con empatía, escucha, y proponer un abordaje integral, en equipo. No estar a la altura puede ser sumamente desalentador para la persona, que quizás se desanime y no vuelva a la consulta por este tema por años o décadas".

El estudio ACTION Teens, apoyado por Novo Nordisk, es un relevamiento internacional que incluyó más de 5000 niños, niñas y adolescentes de 12 a 17 años que viven con obesidad en 10 países, así como más de 5000 padres o cuidadores y más de 2000 profesionales de la salud.

→ **"Es erróneo, injusto y está mal señalar y estigmatizar a los adolescentes con exceso de peso como perezosos o minimizar el problema y considerar que lo superarán con la edad".**

Para los profesionales de la salud relevados en el estudio, la principal causa de sobrepeso y obesidad son los hábitos no saludables, pero contrasta con la mirada de los niños y adolescentes, quienes consideran que lo más difícil es controlar el hambre.

Justamente, un segundo análisis a partir de los datos del ACTION Teens encontró amplias diferencias entre las actitudes, percepciones y comportamientos de los adolescentes que consideran que no pueden controlar su hambre. En algunos casos, esto estimuló cambios de



Obesidad. La mayoría de los médicos no recibe capacitación en el manejo de la obesidad.

comportamiento proactivos, como registrar los alimentos que comieron, ver a un nutricionista o hablar con un médico sobre el control de peso, pero a otros les causó grandes problemas de autoestima e infelicidad.

Para Berner, "esto es solo una muestra más de lo complejo que es el abordaje de la obesidad y que éste debe interpretar específicamente aquellas áreas que más desafíos le representen a cada persona. A veces puede tener que ver con el manejo de la ansiedad y el 'hambre emocional', o con la plena disponibilidad de alimentos poco saludables o el estilo de vida y cómo cada persona se organiza para comer. Cualquiera sea el caso, el primer paso es entender el origen multicausal de la obesidad, porque está demostrado que simplificar la solución a 'comer menos y moverse más' no es suficiente".

Los investigadores señalaron que todas las personas con obesidad, independientemente de sus niveles de hambre, tienen que lidiar con factores genéticos y biológicos que están fuera de su control y que hacen que la pérdida de peso sea

extremadamente difícil.

"Es erróneo, injusto y está mal señalar y estigmatizar a los adolescentes con exceso de peso como perezosos o minimizar el problema y considerar que lo superarán con la edad. Los factores desencadenantes y los entornos para el aumento

de peso varían enormemente en los jóvenes a lo largo de las diferentes etapas de su niñez y adolescencia. Estos resultados son una prueba más de la necesidad vital de comprender la situación de cada individuo para ayudar mejor a toda una generación", concluyó Berner. ■

→ EL DATO

EL ÍNDICE MÁS ALTO

"Argentina tiene actualmente el índice más alto de obesidad infantil de Sudamérica", afirma Sergio Farinelli, especialista en nutrición en la primera infancia y autor de *Dino-saurus: un libro para niños que deben leer los adultos*. "Esta enfermedad viene creciendo año tras año, pero los números se dispararon con el confinamiento", añadió.

En 2019, el 9,9% de niñas y niños menores de 5 años padecían

sobrepeso severo en Argentina, según el informe "Panorama de la seguridad alimentaria y nutrición en América Latina y el Caribe", elaborado en 2020 por la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y UNICEF. Tras la pandemia, la prevalencia de obesidad en este grupo poblacional aumentó a 12,9% --la más alta de la región sur--, dejando atrás a Paraguay (12%), Uruguay (10,3%) y Chile (9,8%).

ESTUDIO INTERNACIONAL

Detectan gen responsable del avance de la esclerosis múltiple

De siete millones de variantes, una sola estaba asociada con la progresión rápida de la enfermedad.



Esclerosis múltiple. El hallazgo ayuda a dar lugar al desarrollo de nuevos fármacos.

Una investigación realizada en colaboración con 70 institutos especializados de distintos países descubrió una variante genética responsable del empeoramiento de la esclerosis múltiple (EM), según un artículo que se publicó en la revista especializada Nature, hallazgo que podría dar lugar al desarrollo de un nuevo fármaco más efectivo contra el avance de esa enfermedad.

Más de 2,8 millones de personas en todo el mundo padecen EM que es una enfermedad en la que el sistema inmunológico degrada la cubierta protectora de los nervios y este daño interrumpe la comunicación entre el cerebro y el cuerpo por lo que provoca una variedad de síntomas que

incluyen problemas de visión, de movimiento y de equilibrio.

Algunos de los síntomas pueden aparecer y desaparecer mediante recaídas, mientras que otros empeoran progresivamente, si bien existen tratamientos que pueden ayudar a controlarlos, no existe una cura ni una forma de retrasar el agravamiento de la enfermedad.

El estudio publicado es el resultado de una amplia colaboración de investigadores de más de 70 institutos en el que, primero, los investigadores combinaron los datos genéticos de 12.000 personas con EM para estudiar qué variantes compartían y qué tan rápido avanzó su enfermedad.

De siete millones de variantes, una sola estaba asociada con la progresión rápida de la enfermedad, y es la que “se encuentra entre dos genes llamados DYSF y ZNF638, que hasta ahora no habían sido relacionados con la EM”, detalló el estudio, consignado por la agencia AFP.

Mientras que el primer gen sirve para reparar las células dañadas, el otro ayuda a controlar las infecciones virales.

Esos genes son mucho más activos en el cerebro y la médula espinal que en el sistema inmunitario, donde la investigación de fármacos se había centrado hasta ahora, describió el artículo.

“Hereder esta variante gené-

Esos genes son mucho más activos en el cerebro y la médula espinal que en el sistema inmunitario, donde la investigación de fármacos se había centrado hasta ahora, describió el artículo.

tica de ambos padres adelanta en casi cuatro años el momento en que una persona necesitará ayuda para caminar”, dijo en un comunicado el investigador estadounidense y coautor del estudio, Sergio Baranzini.

Ruth Dobson, neuróloga de la Universidad Queen Mary de Londres, que no participó en la investigación, señaló que había “mucho entusiasmo por este estudio” entre los especialistas y remarcó que “es el primer paso para hallar tratamientos que funcionan de una manera diferente”, aunque reconoció que faltaba mucho para que cualquier fármaco estuviera disponible.

El hecho de que la investigación apunte al sistema nervioso en lugar de al sistema inmunitario “abre un nuevo camino potencial para los tratamientos, lo cual es realmente emocionante”, agregó la especialista. ■



Crecen las consultas médicas por lumbalgia: qué es y cómo se previene

Se estima que alrededor del 80% de las personas experimentarán dolor lumbar en algún momento de su vida.

Habitualmente reconocida por ser un dolor en la parte baja de la espalda, la lumbalgia es una de las afecciones más comunes en todo el mundo. En algunos casos, puede irradiarse hacia un costado de la espalda o a una pierna.

“Es una de las principales causas de discapacidad en todo el mundo, afecta a individuos de todas las edades”, explicó Matías Baldoncini, médico neurocirujano, profesor de la Facultad de Medicina.

Se estima que alrededor del 80% de las personas experimentarán dolor lumbar en algún momento de su vida, pero es más común en las de mediana edad y mayores. Se calcula que el dolor lumbar afecta a alrededor del 60% de los mayores de 60 años.

“También puede alterar la calidad de vida de jóvenes y adolescentes, especialmente, de aquellos con un estilo sedentario o que practican deportes de alto impacto. Por otra parte, este dolor es común durante el embarazo debido a los cambios en el cuerpo y a la postura”, amplió el médico.

Sus causas pueden ser diversas. Algunas de las más comunes incluyen lesiones en los músculos de la región lumbar y en los ligamentos de la espalda, hernias de disco, ciática, escoliosis, inflamación en las articulaciones vertebrales o estenosis espinal. El estilo de vida sedentario, la mala postura, la obesidad, el fumar y el estrés también pueden provocarla.

CÓMO TRATARLO

El especialista señaló que “el tratamiento depende del origen subyacente del dolor y puede incluir descanso y actividad física”. Y agregó: “Según la gravedad, es posible que se necesite de un tiempo de descanso para permitir que los músculos de la espalda se curen”.

En tanto, refirió que “después del reposo, se recomienda activi-

dad física regular para mantener los músculos fuertes y prevenir futuros episodios”.

Los analgésicos y los antiinflamatorios pueden ayudar a aliviar el malestar y reducir la inflamación. Los ejercicios de fortalecimiento y estiramiento de los músculos de la espalda también contribuyen a mejorar la postura y reducir la tensión en la columna vertebral.

El especialista añadió que “terapias alternativas como acupuntura, ozonoterapia, quiropraxis y masajes pueden colaborar con el dolor lumbar y mejorar la función de la espalda”.

En casos graves como hernia de disco, que comprime una raíz nerviosa y dificulta la movilidad de una pierna, la cirugía puede ser necesaria para corregir la causa subyacente. En estos procedimientos, por caso, se utilizan técnicas mínimamente invasivas que permiten menor tiempo de recuperación, menor dolor postoperatorio y mejores resultados en la estabilidad de la columna.

Baldoncini refirió además que en algunos pacientes, se suelen indicar bloqueos para aliviar los síntomas. “Un bloqueo consiste en introducir -con anestesia local- una aguja fina hasta el punto del dolor y administrar un fármaco o transmitir impulsos de radiofrecuencia. Éstos se realizan en el quirófano y el paciente regresa al domicilio al finalizar el procedimiento”, explicó el médico. ■

El especialista añadió que “terapias alternativas como acupuntura, ozonoterapia, quiropraxis y masajes pueden colaborar con el dolor lumbar y mejorar la función de la espalda”.