



OPINIÓN P.4

Salud y obesidad: no es solo “sobre peso”, es “sobre corazón”

“La obesidad desencadena una tormenta silenciosa” donde “se gesta lo que hoy llamamos el síndrome cardio-metabólico”.

Tratamientos / P. 4

ECV Y LAS
CUESTIONES
DE GÉNERO

→ DONACIÓN P.2

PROVINCIA CON MÉDULA



La provincia de Buenos Aires encabeza el Registro Nacional de Donantes de Células Progenitoras Hematopoyéticas (CPH), conocidas como médula ósea, con el 35,5% de las personas registradas a nivel nacional. Según datos del Registro Nacional, dependiente del Instituto Nacional Central Único Coordinador de Ablación e Implante (INCUCAI), en Argentina hay 376.834 personas registradas como potenciales donantes, de las cuales 133.736 corresponden a la provincia de Buenos Aires. La Ciudad Autónoma de Buenos Aires ocupa el segundo lugar con 39.497 registros (10,5 %) y en tercer lugar se encuentra la provincia de Santa Fe con 37.959 (10,1 %). Asimismo, el Centro Regional de Hemoterapia de La Plata, perteneciente al Instituto de Hemoterapia bonaerense, se ubica primero en el ranking nacional de centros de donación, con 31.800 personas registradas, lo que representa el 8,5 % del total.

→ POLÉMICA CON EL PRESIDENTE DE EE.UU. P.3



Medicamento seguro. Los especialistas aseguran que los dichos de Trump no tienen base científica.

Paracetamol, autismo y embarazo: los expertos desmienten a Donald Trump

Tanto la Sociedad Argentina de Pediatría, como la OMS y la EMA aseguraron que no hay evidencia que relacione el consumo del medicamento durante la gestación con el TEA.

P.2

SALUD A
DISTANCIA

→ INVESTIGACIÓN

La contaminación daña la vista

Se sabe que la contaminación atmosférica aumenta el riesgo de enfermedad cardíaca, accidentes cerebrovasculares y problemas respiratorios, pero una nueva investigación sugiere que también podría dañar otra cosa: la visión de los niños.

En un estudio de 30,000 escolares en Tianjin, China, los investigadores encontraron que los niños expuestos a niveles más altos de partículas finas (PM2.5) y dióxido de nitrógeno (NO2) tenían más probabilidades de desarrollar miopía.

“Demostramos que la contaminación del aire contribuye al desarrollo de la miopía en los niños”, dijo a The Washington Post el coautor del estudio Zongbo Shi, profesor de biogeoquímica atmosférica en la Universidad de Birmingham en el Reino Unido.

“Lo que esto significa”, dijo, “es que si su exposición a la contaminación del aire es alta, el riesgo de volverse miope es mayor”. ■



CORREO DE LECTORES

vidaysalud@dib.com.ar

vida&salud hoy

Semana del 26 de septiembre al 2 de octubre de 2025. Edición N°1395. Año 23.

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 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°604

Es una publicación propiedad de Diarios Bonaerenses S.A.

Edición periodística: Marien Chaluf
mchaluf@dib.com.ar - marienchaluf@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

Registro DNDA en trámite

ORGULLO BONAERENSE

La provincia de Buenos Aires, primera en potenciales donantes de médula

En el registro del INCUCAI, de casi 377 mil personas registradas como donantes, unas 134.000 viven en el territorio provincial.

■ La provincia de Buenos Aires encabeza el Registro Nacional de Donantes de Células Progenitoras Hematopoyéticas (CPH), conocidas como médula ósea, con el 35,5% de las personas registradas a nivel nacional.

Según datos del Registro Nacional, dependiente del Instituto Nacional Central Único Coordinador de Ablación e Implante (INCUCAI), en Argentina hay 376.834 personas registradas como potenciales donantes, de las cuales 133.736 corresponden a la provincia de Buenos Aires. La Ciudad Autónoma de Buenos Aires ocupa el segundo lugar con 39.497 registros (10,5 %) y en tercer lugar se encuentra la provincia de Santa Fe con 37.959 (10,1 %).

Asimismo, el Centro Regional de Hemoterapia de La Plata, perteneciente al Instituto de Hemoterapia bonaerense, se ubica primero en el ranking nacional de centros de donación, con 31.800 personas registradas, lo que representa el 8,5 % del total.

PUNTOS DE REGISTRO

La directora provincial del Instituto de Hemoterapia, Laura González, explicó que “para registrarse

→ El Centro Regional de Tres de Febrero posee el récord de inscripciones en una sola jornada, con 250 potenciales donantes registrados durante una colecta de sangre en San Nicolás.



A la cabeza. La Provincia lidera el ranking nacional de potenciales donantes de médula.

como potencial donante de células progenitoras hematopoyéticas es necesario inscribirse y donar sangre. El registro está a cargo del personal del INCUCAI y, en la provincia de Buenos Aires, la donación de sangre es organizada por el Ministerio de Salud provincial a través del Instituto de Hemoterapia y sus centros regionales”.

Desde 2021, la Provincia incorporó más puntos de registro en servicios de hemoterapia hospitalarios y postas de donación, ampliando el acceso a la inscripción. Entre los nuevos espacios se destacan el Centro

Regional de Hemoterapia de Tres de Febrero y los hospitales “Iriarte” de Quilmes y “Narciso López” de Lanús.

La directora provincial también destacó que el Centro Regional de Tres de Febrero posee el récord de inscripciones en una sola jornada, con 250 potenciales donantes registrados durante una colecta de sangre en San Nicolás.

ENFERMEDADES GRAVES DE LA SANGRE

Las células progenitoras hematopoyéticas son utilizadas para el tratamiento de enfermedades

graves de la sangre como leucemia, linfomas y mielomas. Se estima que entre el 70 y el 75 % de las personas que necesitan un trasplante no tienen un donante familiar compatible, por lo que la inscripción en el registro es fundamental para salvar vidas.

Para registrarse hay que cumplir una serie de pautas: tener entre 18 y 40 años, pesar más de 50 kg, gozar de buena salud, no presentar antecedentes de enfermedades cardíacas, hepáticas o infectocontagiosas. Luego hay que sangre e inscribirse como donante. ■

TELECONSULTA EN SALUD

El ministerio de Salud de la provincia de Buenos Aires destacó la importancia de contar con un sistema de teleconsultas al servicio de los ciudadanos bonaerenses, ya que “las consultas virtuales contribuyen a ordenar la atención presencial, descomprimir las salas de espera y facilitar la atención desde donde estés”.

En esa línea, la cartera sanitaria recordó que en pocos pasos, a través del sitio web Mi Salud Digital Bonaerense, se puede ingresar al ChatBot especializado y seleccionar la opción Telemedicina. Las consultas pueden ser personales, para terceros e incluso para menores de 13 años a cargo.

A través del sitio se puede acceder a consultas con médicos en forma virtual, se puede llevar un registro de las vacunas aplicadas, habilita para sacar turnos en centros de salud y para solicitar recetas. Además, permite registrar enfermedades crónicas y los medicamentos que se consumen.

En el marco de la campaña de vacunación contra el dengue, los usuarios podrán solicitar turno para vacunarse en forma gratuita en cualquier municipio de la provincia.

El sitio es seguro y fácil de utilizar, y de acuerdo con el requerimiento, se alcanzará la solución correcta a una consulta a distancia.



POLÉMICA CON EL PRESIDENTE DE EE.UU.

Paracetamol, autismo y embarazo: los especialistas desmienten a Trump

Tanto la Sociedad Argentina de Pediatría, como la OMS y la Agencia Europea del Medicamento (EMA) aseguraron que no hay evidencia científica que relacione el consumo del medicamento durante la gestación con el TEA.

Las declaraciones del presidente de Estados Unidos, Donald Trump, sobre una supuesta relación entre el consumo de paracetamol durante el embarazo y el aumento de los diagnósticos de autismo provocaron un inmediato revuelo en la comunidad médica internacional. En Argentina, la Sociedad Argentina de Pediatría (SAP) emitió un documento en el que refutó de manera categórica la afirmación del mandatario y advirtió sobre los riesgos de difundir información sin sustento científico.

El pronunciamiento, firmado por el Comité de Crecimiento y Desarrollo de la entidad, busca llevar claridad a las familias y a los profesionales de la salud, en un contexto en el que los discursos presidenciales tienen un impacto directo en la opinión pública. “No

hay evidencia sólida que vincule al paracetamol con la génesis de autismo y éste sigue siendo un medicamento seguro en el embarazo”, afirma el comunicado, en sintonía con la postura de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Agencia Europea del Medicamento (EMA).

QUÉ DIJO TRUMP

Durante una conferencia en la Casa Blanca, Donald Trump sostuvo que “el consumo de paracetamol en el embarazo está directamente relacionado con el aumento de los casos de autismo”. Acompañado por el secretario de Salud, Robert F. Kennedy Jr. -conocido por su militancia antivacunas- y por el médico Mehmet Oz, el mandatario sugirió: “A menos que sea absolutamente necesario, no tomen Tylenol

(nombre comercial del paracetamol en Estados Unidos)”.

“El acetaminofeno puede asociarse con un riesgo muy elevado de autismo”, añadió, y recomendó limitar su uso en el embarazo solo a casos excepcionales, como cuadros de fiebre alta. No se detuvo allí: también cuestionó la vacunación temprana contra la hepatitis B en recién nacidos, recomendando retrasarla hasta la adolescencia, y pidió espaciar la aplicación de vacunas en la infancia, medidas que van en contra de todas las recomendaciones científicas vigentes.

LA POSTURA DE LA SAP

La Sociedad Argentina de Pediatría, entidad con más de 110 años de trayectoria, se sumó a la reacción de distintos organismos internacionales. En un documento, aclaró que el Trastorno del Espectro Autista (TEA) es una condición compleja que involucra desafíos en la comunicación, la interacción social y la conducta, y que responde a una multiplicidad de factores.

“El autismo se define como un espectro, ya que puede manifestarse con diferentes grados de lenguaje, desarrollo cognitivo y necesidad de apoyos”, señalaron los especialistas, recordando que se estima que 78 millones de personas en el mundo se encuentran dentro del TEA.

Sobre las causas del aumento en la prevalencia, la SAP subrayó que no se explican por el consumo de analgésicos comunes, sino por la evolución en los criterios diagnósticos, el incremento de condiciones crónicas como la prematuridad, y un mayor nivel de conciencia social sobre la temática.

¿QUÉ DICE LA CIENCIA SOBRE EL PARACETAMOL?

La SAP reconoció que algunos estudios preliminares hallaron una posible asociación entre el uso de paracetamol en el embarazo y el autismo, pero remarcó que esos resultados “pierden validez cuando se aplican metodologías más rigurosas que contemplan variables genéticas y de salud materna”.

En ese sentido, la conclusión de la entidad es categórica: “El conocimiento actual indica que las condiciones de salud materna y la genética son las variables más vinculadas al desarrollo de TEA. El paracetamol no está en la lista de factores de riesgo con evidencia robusta”.

FACTORES REALMENTE VINCULADOS

Según la SAP, entre los factores que pueden aumentar el riesgo de TEA se encuentran la predisposición genética, la recurrencia familiar -con una probabilidad del 10 al 20% en hermanos- y ciertas condiciones ambientales específicas. Entre estas últimas figuran:

El consumo de fármacos con probada influencia, como el ácido valproico.



Questionamiento. Los expertos aseguran que los dichos de Donald Trump no tienen base científica.

- Infecciones congénitas como la rubéola.
- El estrés materno significativo.
- Metabopatías como la diabetes gestacional.

La entidad también recordó que existe suficiente evidencia científica para descartar que las vacunas infantiles o el mercurio presente en inmunizaciones tengan alguna relación con el autismo, una afirmación que reaparece en discursos de corte antivacunas.

➔ **La SAP afirmó que el Trastorno del Espectro Autista (TEA) es una condición compleja que responde a una multiplicidad de factores.**

OMS Y EMA TAMBIÉN RESPONDIERON

La controversia escaló a nivel global. Desde Ginebra, el vocero de la OMS, Tarik Jasarevic, reconoció que algunos estudios observacionales han sugerido una posible relación entre paracetamol y autismo, pero insistió en que las pruebas son “inconsistentes” y no permiten establecer causalidad.

“La toma de cualquier medicamento en el embarazo debe hacerse bajo supervisión médica, pero no hay evidencias de que el paracetamol sea un factor de riesgo para el autismo”, subrayó.

La EMA, por su parte, emitió un comunicado en el que reafirmó que “no existen datos nuevos que justifiquen modificar las recomendaciones actuales”. El organismo eu-

ropeo insistió en que el paracetamol puede usarse de manera segura durante el embarazo, siempre en la dosis mínima necesaria.

IMPACTO SOCIAL

Lo que preocupa a la comunidad médica no es solo la veracidad de las declaraciones, sino el efecto que pueden tener en la población. Para la SAP, “difundir afirmaciones sin respaldo científico alimenta la desinformación, genera temor en las familias y puede derivar en prácticas riesgosas, como la automedicación o la suspensión de tratamientos seguros”.

“Como en toda área de la salud, es necesario contar con evidencia de la mejor calidad posible para asesorar a la población y ser prudentes cuando se informan resultados de investigaciones clínicas”, concluyó la entidad argentina, en un mensaje que apunta directamente al presidente estadounidense.



El paracetamol demostró ser seguro en el embarazo.

ABORDAJES DEL TEA



Más allá de la polémica, la SAP aprovechó para difundir sus recomendaciones sobre el abordaje del trastorno del espectro autista. La entidad plantea un enfoque interdisciplinario que incluya intervenciones educativas centradas en el desarrollo de habilidades en las áreas con dificultades y el aprovechamiento de las fortalezas; minimizar barreras, para identificar y disminuir obstáculos en el ambiente y la sociedad; y optimizar el ambiente, para construir entornos inclusivos

y amigables.

También habla del apoyo a las familias, terapias conductuales, del lenguaje, ocupacionales y, en algunos casos, farmacológicas.

El documento aclara que los fármacos disponibles -como risperidona y aripiprazol- no modifican los síntomas centrales del TEA, pero pueden ayudar en casos de irritabilidad grave o agresividad. Además, subraya la importancia comprobada del ácido fólico en el embarazo, ya incorporado en las guías de atención prenatal.

EN PRIMERA PERSONA

Salud y obesidad: no es solo “sobre peso”, es “sobre corazón”

La médica nutricionista Virginia Busnelli recuerda en esta nota de opinión que “la obesidad desencadena una tormenta silenciosa” donde “se gesta lo que hoy llamamos el síndrome cardio-metabólico”.

■ Cada año, el 29 de septiembre se celebra el Día Mundial del Corazón. Es una fecha para recordar, pero sobre todo para despertar. Porque detrás de las estadísticas, hay historias de vida que podrían cambiar con una sola decisión: la de cuidar la salud.

Como médica especialista en Nutrición, me toca ver de cerca cómo la obesidad, más allá del número en la balanza, impacta profundamente en uno de nuestros órganos más nobles: el corazón. Y no hablo solo de infartos o presión alta. Hablo de vidas interrumpidas, de proyectos postergados, de familias que pierden a alguien querido por una enfermedad que, muchas veces, pudo haberse evitado.

MÁS QUE UNA CUESTIÓN DE PESO

Durante mucho tiempo, la obesidad fue vista solo como una cuestión estética o de fuerza de voluntad. Hoy sabemos que es una enfermedad crónica, compleja y multifactorial, que aumenta el riesgo de padecer hipertensión arterial, colesterol elevado, diabetes tipo 2 y enfermedad cardiovascular. ¿La consecuencia? El corazón trabaja más, se inflama, se debilita y, tarde o temprano, lo paga caro.

Uno de los conceptos más importantes que aprendimos en los últimos años es que no hay salud cardiovascular posible sin un abordaje serio de la obesidad. La acumulación de grasa, especialmente en la zona abdominal, no es un tema menor: esa grasa no es “pasiva”, sino que actúa como un órgano inflamatorio, liberando sustancias que dañan las arterias y alteran el metabolismo. Incluso en personas jóvenes.

¿CÓMO SE RELACIONAN EXACTAMENTE?

La obesidad desencadena una tormenta silenciosa dentro del cuerpo: sube la presión, se alteran los lípidos en sangre, se eleva la glucosa y aparecen las placas que tapan las arterias. Así, se gesta lo que hoy llamamos el síndrome cardio-metabólico. El combo perfecto para un infarto, un ACV o una insuficiencia cardíaca.

Pero no todo es desesperanza. Hay algo más poderoso que cualquier tratamiento de urgencia: la prevención. Y ahí es donde trabajar sobre la obesidad puede

➔ “No se trata de buscar un cuerpo ideal, ni de someterse a dietas extremas. Se trata de recuperar el control sobre tu salud”.



Prevención. “Cuidar el corazón empieza por abrazar la salud en todas sus formas”.

cambiar radicalmente el curso de una historia.

TRATAR LA OBESIDAD SALVA VIDAS

Lo digo con la certeza que me dan los años de experiencia y la evidencia científica: tratar la obesidad puede salvarte la vida. No se trata de buscar un cuerpo ideal, ni de someterse a dietas extremas. Se trata de recuperar el control sobre tu salud.

El tratamiento de la obesidad debe ser integral: alimentación basada en evidencia, movimiento adaptado a cada persona, acompañamiento emocional, herramientas conductuales, y cuando es necesario, tratamiento farmacológico o incluso cirugía. Cada paciente necesita un plan único, porque no hay una sola forma de vivir con obesidad, ni una única manera de salir de ella.

Y aunque no siempre es fácil, vale la pena. He visto personas volver a subir escaleras sin agitarse, abrazar sin dolor, bailar sin miedo, soñar sin el límite de la enfermedad.

UNA DECISIÓN QUE CAMBIA EL RUMBO

Este Día Mundial del Corazón, no te invito a contar calorías. Te invito a escuchar a tu cuerpo, mirar tu historia con compasión, y animarte a empezar de nuevo. Aunque hayas intentado mil veces. Aunque sientas que no podés. Aunque te

➔ “No hay salud cardiovascular posible sin un abordaje serio de la obesidad”.

hayan hecho creer que era tu culpa.

Cuidar el corazón empieza por abrazar la salud en todas sus formas. Y tratar la obesidad no es rendirse: es elegir vivir.



Por la doctora Virginia Busnelli (MN 110351), médica especialista en nutrición y presidenta de la Sociedad Argentina de Nutrición.



ECV: mujeres, con hasta 30% más chances de sufrir mortalidad hospitalaria

Históricamente la investigación de las enfermedades cardiovasculares se centró en la población masculina, lo que creó brechas diagnósticas y de tratamiento.

■ Las enfermedades cardiovasculares (ECV) son la principal causa de muerte en el mundo y en Argentina son causa de casi 3 de cada 10 muertes. Pero como aclara la doctora Valeria El Haj, directora médica nacional de OSPEDYC, “aunque suelen asociarse a los varones, las ECV afectan por igual -y a veces con mayor gravedad- a las mujeres. Durante décadas, la investigación se centró en la población masculina, generando brechas diagnósticas y de tratamiento que aún persisten”.

“En los cuadros coronarios -prosigue El Haj-, las mujeres muchas veces no presentan el típico dolor en el pecho. Es frecuente que los síntomas incluyan falta de aire, fatiga intensa, dolor en mandíbula, cuello o espalda, mareos o náuseas. Durante años, estas manifestaciones fueron llamadas ‘atípicas’, cuando en realidad son comunes en la población femenina”.

“Esa visión sesgada impacta en la atención: estudios demuestran que las mujeres que sufren un infarto tienen entre un 20 y 30% más de mortalidad hospitalaria que los

hombres, en gran medida por los retrasos en el diagnóstico y el inicio del tratamiento”, destaca.

EMERGENCIAS

“El cuidado del corazón también implica saber cómo actuar frente a una emergencia”, afirma por su parte Débora Vizcaíno, directora médica de Acudir Emergencias Médicas. “Frente a un paro cardíaco, la supervivencia depende de una respuesta rápida. La reanimación cardiopulmonar (RCP) puede duplicar o triplicar las posibilidades de sobrevivir si se realiza en los primeros minutos. Aprender a reconocer la situación, llamar al servicio de emergencias, iniciar compresiones torácicas de calidad y utilizar un desfibrilador automático (DEA) cuando esté disponible son pasos que salvan vidas”, afirma.

“En el Día Mundial del Corazón, el mensaje es claro: cuidar la salud cardiovascular de las mujeres implica prevención, diagnóstico oportuno y una atención médica accesible y de calidad”, concluye la doctora Vizcaíno. ■

CUÁNTA AZÚCAR ES DEMASIADA

Las recomendaciones oficiales sobre la ingesta máxima de azúcar varían según el organismo internacional que las redacte. Así, la Asociación Americana del Corazón (AHA) aconseja no superar 25 gramos al día en mujeres y 36 gramos en hombres, lo que equivale a entre 100 y 150 calorías provenientes de azúcares. Mientras que la Organización Mundial de la Salud (OMS) sugiere como tope ideal 25 gramos diarios y como máximo 50 gramos.

Una sola lata de gaseos

de 355 mililitros contiene 39 gramos de azúcar, mientras productos etiquetados como saludables, como la barra de granola o el yogur griego con arándanos, pueden aportar entre ocho y 14 gramos. Identificar estas cifras ocultas resulta clave para no exceder los límites.

Uno de los principales desafíos es reconocer el azúcar añadida en etiquetas: cualquier palabra que termine en “-osa” o las variantes “sirope” y “edulcorante” suelen señalar azúcar añadida.