



LOMAS DE ZAMORA P.2

Brote de Chikungunya: 13 casos confirmados y alerta epidemiológica

La Fiebre Chikungunya se transmite a través de la picadura de mosquitos infectados. El principal vector es *Aedes aegypti*, que además transmite dengue y zika.

Cuello uterino / P. 4

VPH: VACUNA
Y PAP EVITAN
EL CÁNCER

→ MÉDULA ÓSEA P.4

SER DONANTE SALVA VIDAS



Encontrar un donante no siempre es fácil: 3 de cada 4 personas que necesitan un trasplante de médula ósea no tienen un familiar compatible y dependen de donantes voluntarios.

En Argentina, cada año muchas personas necesitan un trasplante de médula ósea para seguir adelante con su vida. Donar es un proceso sencillo, seguro y puede marcar una diferencia enorme: empieza con un gesto mínimo y puede convertirse en una oportunidad única para alguien más.

Quienes deseen ser donantes pueden inscribirse en el Registro Nacional de Donantes del INCUCAI. Los requisitos son: tener entre 18 y 40 años, buen estado de salud y pesar más de 50 kilos. En la mayoría de los casos, la donación se realiza mediante aféresis, un procedimiento similar al de donar sangre, en el que se extraen las células necesarias y el resto se devuelve al cuerpo.

P.2

CHEQUEOS QUE
SON PRIORIDAD

→ UNA PROBLEMÁTICA QUE REQUIERE ATENCIÓN Y DIÁLOGO P.3



Otra mirada. La salud mental desde la perspectiva de cuidados exige desnaturalizar las prácticas que suponen actos patologizantes.

Adolescencia y salud mental: cómo construir vínculos sanos

La provincia de Buenos Aires cuenta con el programa “La salud mental es entre todos y todas”, una política pública de articulación interministerial, entre las áreas de Salud y Educación, que pone el foco en los modos de relacionarse de los jóvenes.

PREVENCIÓN Y CUIDADO

Salud femenina: los chequeos que son prioridad

En la práctica médica cotidiana, se observa un patrón que se repite: muchas mujeres pos-tergan sus controles clave por falta de tiempo, priorizando el trabajo, la familia o el cuidado de terceros. Sin embargo, la prevención es una decisión que permite detectar enfermedades en etapas tempranas.

Los exámenes fundamentales en la edad adulta, desde los 25 años son: control ginecológico anual, Papanicolaou (PAP) y/o test de HPV, ecografía ginecológica y control mamario (clínico y ecografía según indicación); a partir de los 45 años, se suman perfil lipídico (colesterol), glucemia y evaluación cardiovascular completa, densitometría para evaluar la salud ósea y la colonoscopia según antecedentes. Es importante promover una mirada integral de la salud y saber que la salud femenina requiere un abordaje dinámico que se adapte a las necesidades cambiantes de la mujer. ■

CORREO DE LECTORES

vidaysalud@dib.com.ar

vida&salud hoy

Semana del 3 al 9 de abril de 2026. Edición N°1422. Año 24.

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

CÓMO DETECTAR LOS SÍNTOMAS Y EVITAR LA ENFERMEDAD

Brote de Chikungunya: 13 casos confirmados y alerta epidemiológica

De acuerdo al último Boletín Epidemiológico difundido por el Ministerio de Salud bonaerense, los casos detectados en Lomas de Zamora hasta el 21 de marzo son 13 confirmados, 7 en estudio y 2 descartados.

■ En territorio bonaerense se identificó, desde mediados de marzo, un área en el distrito de Lomas de Zamora donde se desarrolla un brote de fiebre chikungunya, que ya suma 13 casos confirmados.

El brote se detectó a partir de un caso confirmado autóctono notificado el 12 de marzo (semana epidemiológica 10). Se trata de una residente de la localidad de Ingeniero Budge, que inició síntomas el 5 de marzo (SE 9), consultó el 10 de marzo y se le realizó una prueba con resultado positivo para virus chikungunya.

En tanto, de acuerdo al último Boletín Epidemiológico difundido por el Ministerio de Salud bonaerense, los casos detectados en el municipio hasta el 21 de marzo son 13 confirmados, 7 casos en estudio y 2 casos descartados. Hasta el momento, no se notificaron casos en otras localidades vecinas del municipio.

A su vez, la última semana se notificó un caso probable sin antecedente de viaje en el municipio de La Matanza, en la localidad de Villa Celina. Se trata de una mujer de 68 años con muestra del 20 de marzo (SE 11) y resultado IgM positiva.

Ante esta situación, se emitió desde la provincia de Buenos Aires una alerta epidemiológica de fiebre chikungunya convocando a los equipos de salud a llevar adelante las siguientes acciones: intensificar la vigilancia de esta patología y otras arbovirosis; optimizar el diagnóstico diferencial; verificar la preparación de los servicios de salud; implementar las acciones de control ante todo caso sospechoso; y difundir las medidas de prevención y control de estas enfermedades a



Síntoma. El cuadro clínico inicia con la aparición repentina de fiebre, generalmente mayor a 39°.

la población.

¿QUÉ ES Y CÓMO SE TRANSMITE?

La Fiebre Chikungunya una enfermedad causada por el virus chikungunya, que se transmite a través de la picadura de mosquitos infectados. En Argentina, el principal vector es el mosquito *Aedes aegypti*, el mismo que también puede transmitir dengue y Zika.

Cuando este mosquito se alimenta con la sangre de una persona que tiene el virus chikungunya, puede adquirir el virus y, al picar a otras personas, transmitirle la enfermedad.

Además, el virus puede transmitirse de una persona gestante al bebé durante el embarazo (transmisión vertical), por lo que es fundamental que las personas embarazadas tomen medidas estrictas para prevenir las picaduras de mosquitos.

El tratamiento es sintomático y suele ser ambulatorio. Consiste principalmente en el control de la fiebre y el alivio del dolor articular. Al momento no existe tratamiento antiviral específico ni vacuna para el virus chikungunya disponible en nuestro país. En este sentido, es importante prevenir la picadura del mosquito para evitar la propagación de la infección.

Los síntomas comienzan generalmente de 3 a 7 días después de la picadura del mosquito. El cuadro clínico inicia con la aparición repentina de fiebre, generalmente mayor a 39°, que suele durar menos de una semana. Además de la fiebre, a menudo se acompaña de dolor en las articulaciones, predominando en manos, pies, muñecas y tobillos, y pueden ser tan incapacitantes que dificultan el movimiento. Este es uno de los síntomas más característicos de esta infección.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS?

Los síntomas comienzan generalmente de 3 a 7 días después de

la picadura del mosquito. El cuadro clínico inicia con la aparición repentina de fiebre, generalmente mayor a 39°, que suele durar menos de una semana. Además de la fiebre, a menudo se acompaña de dolor en las articulaciones, predominando en manos, pies, muñecas y tobillos, y pueden ser tan incapacitantes que dificultan el movimiento. Este es uno de los síntomas más característicos de esta infección.

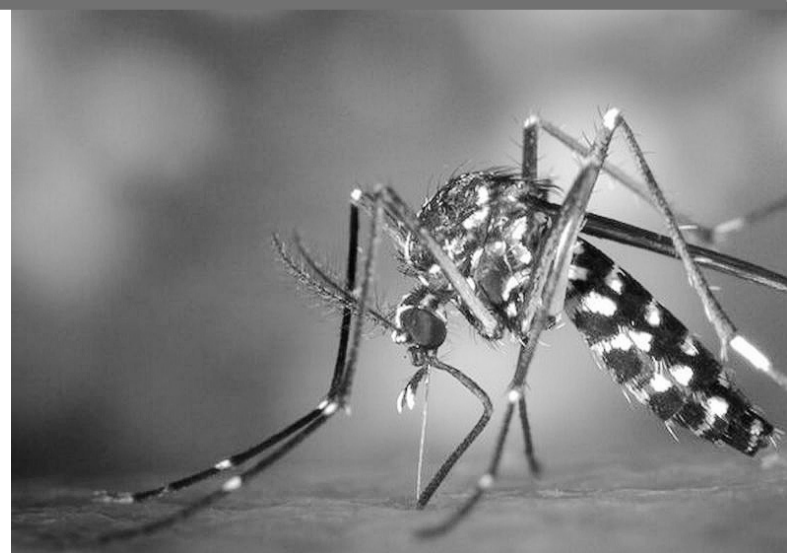
Otros síntomas que pueden aparecer son: dolor muscular, dolor de cabeza, conjuntivitis, náuseas, vómitos, fatiga y erupción cutánea. Los dolores en las articulaciones pueden persistir durante meses, afectando la recuperación total y el regreso a las actividades cotidianas. ■

PREVENCIÓN: SIN MOSQUITOS, MENOS PICADURAS

Disminuir las poblaciones del mosquito *Aedes aegypti* es la forma más eficaz para cortar el ciclo de transmisión del virus chikungunya. En este sentido, la medida más importante de prevención es la eliminación de todos los criaderos de mosquitos, es decir, de todos los recipientes u objetos que puedan acumular agua donde el mosquito pueda colocar sus huevos.

Además de las acciones para disminuir las poblaciones de mosquitos, también es importante prevenir las picaduras:

- Usar siempre repelentes, siguiendo cuidadosamente las recomendaciones del envase.
- Utilizar ropa clara que cubra los brazos y las piernas, especialmente durante las actividades al aire libre.
- Colocar mosquiteros en puertas y ventanas, y cuando sea posible usar ventiladores o aire acondicionado en las habitaciones.
- Proteger cunas y cochecitos de bebés con telas mosquiteras.
- Utilizar repelentes ambientales como tabletas (interior) y espirales (exterior).



CONSTRUIR CONVIVENCIAS SANAS

Adolescencia, vínculos y violencia: una problemática que requiere acciones y diálogo

La provincia de Buenos Aires cuenta con el programa “La salud mental es entre todos y todas”, una política pública de articulación interministerial, entre las áreas de Salud y Educación.

■ Un adolescente de la localidad de San Cristóbal, en la provincia de Santa Fe, llevó una escopeta a la escuela, dentro de una funda de guitarra. Mientras se izaba la bandera, cerca de las 7.15 de la mañana, sacó el arma, le disparó a un alumno con el que no tenía trato y lo remató con un balazo en el pecho. Hubo otros heridos durante el ataque. En total, se escucharon cinco detonaciones.

El episodio, ocurrido el lunes, generó estupor, miedo, rechazo, incredulidad, culpa. Pero, principalmente, preguntas sin respuesta, a las que se les puede aventurar algún tipo de hipótesis.

“Vemos con mucha consternación y preocupación el episodio ocurrido en la provincia de Santa Fe, con un desenlace trágico que no es usual en la Argentina y que refleja un momento histórico donde la violencia se vuelve protagonista, inclusive en la vida de jóvenes”, expresó Julieta Calmels, Subsecretaria en Salud Mental, consumos problemáticos y violencias en el ámbito de la salud del Ministerio de Salud de la provincia de Buenos Aires.

En esa línea, subrayó que dados los vínculos que se desarrollan en estos tiempos entre jóvenes, mediados por la desigualdad, el

consumo, la competencia y, en consecuencia, la violencia, las escuelas deben estar preparadas para atender estas dinámicas relacionales.

“El trabajo vinculado a juventudes, salud mental y abordaje de las conflictividades en las escuelas es fundamental para mantener la contención, incentivar la escucha. En el sistema bonaerense tenemos ‘La salud mental es entre todos y todas’, que inició posterior a la pandemia y que ya está alcanzando el medio millón de alumnos”, precisó Calmels.

En tal sentido, la especialista describió que este programa articula talleres en las escuelas donde se abordan las relaciones entre los jóvenes, el trato, la forma de vincularse como un acto de prevención en salud. En ese marco, se busca “encontrar métodos y formas concretas de tramitar las conflictividades en las escuelas como territorio de paz y en la construcción de una democracia con salud”.

El programa “La salud mental es entre todos y todas” es una política pública de articulación interministerial, novedosa en tanto los equipos de Salud “salen” de los dispositivos sanitarios tradicionales con una lógica comunitaria, al tiempo que las escuelas de toda la provincia “abren sus puertas” para trabajar en conjunto en pos de generar las condiciones de un espacio donde los protagonistas son los y las jóvenes.

A su vez, cuando se requiere una derivación hacia el sistema sanitario para un tratamiento individual, se trabaja junto al Equipo de Orientación Escolar, y al equipo de Región Sanitaria y del Programa “Infancias y Juventudes-Cuidados y Asistencia en Salud Mental” para realizar una



Enfoque integral. Articular salud y educación es fundamental para abordar problemáticas de salud mental.

derivación cuidada, en red y con el acompañamiento adecuado.

TALLERES Y MODOS DE TRABAJO

Los talleres están pensados desde una perspectiva de prevención inespecífica y promoción de la salud mental. No son charlas informativas sobre un tema específico pensado previamente por adultos, sino que los temas que se trabajan surgen colectivamente a partir de las inquietudes de los jóvenes en los encuentros.

Las juventudes, desde un lugar de protagonismo, dialogan con agentes de salud y sus pares, en su escuela, respecto a las situaciones subjetivas que atraviesan, sus sufrimientos en salud mental, sus intereses y deseos, accediendo así

➔ **El programa articula talleres en las escuelas** donde se abordan las relaciones entre los jóvenes, el trato y la forma de vincularse como un acto de prevención en salud.

a un paradigma de salud mental como sujetos de derechos que les permite re pensar sus vínculos, las prácticas de cuidado propias y entre pares, así como también dialogar respecto a la perspectiva de salud patologizante o estigmatizante con la que se encuentran en redes sociales de difusión masiva.

Cada taller implica tres encuentros en el lapso de tres semanas a razón de uno por semana con cada grupalidad abordada. Antes del comienzo de los talleres, se trabaja con el Equipo de Orientación Escolar y el Equipo de Gestión para historizar los grupos y las problemáticas identificadas por la institución. Luego, al finalizar los talleres, se hace una reunión de trabajo con los mismos actores para que los talleristas puedan reponer lo trabajado, las problemáticas encontradas, pensar las formas de continuidad que la institución puede darle a lo ocurrido, como también posibles derivaciones cuidadas o formas de acompañamiento diverso según la singularidad de cada situación. ■



Formación. La comunidad educativa desde estar preparada para abordar conflictos.

DECONSTRUIR LA LOCURA, DESPATOLOGIZAR EL SUFRIMIENTO

El programa “La salud mental es entre todos y todas” asume la perspectiva que sitúa a la salud mental en el marco de una cultura de cuidados exige desnaturalizar todas las prácticas que suponen actos discriminatorios, patologizantes, estigmatizantes y criminalizantes que influyen directamente en los vínculos y en cada una de las personas implicadas.

En esa línea, señalan: “Es necesario promover la deconstrucción de lo que históricamente llamamos locura: una representación creada para excluir a ciertos colectivos de la sociedad. Desactivar las cristalizaciones que producen ciertos diagnósticos, así como

la significación de la locura permite subrayar la transitoriedad de los estados anímicos y malestares subjetivos”.

En la misma dirección, reflexionan: “Despatologizar el sufrimiento también exige una revisión sobre los eventos comúnmente llamados traumáticos. Hay sucesos con cierta potencia traumática, por ejemplo, el estallido de una bomba, la muerte de un familiar cercano o el suicidio de un amigo o amiga; sin embargo, es preciso poder escuchar qué es lo traumático para cada uno/a, contemplando que a veces puede ser algo más esperable como una mudanza, una ruptura de un vínculo amoroso o un cambio de escuela”.



En tal sentido, adquieren relevancia las estrategias de

prevención y promoción de cuidados integrales.

CONTACTO

Los canales de consulta sobre el programa son los siguientes:

- **Correo electrónico:** educacionpreventivams@gmail.com
- **Dirección:** calle 3 esquina 527, Tolosa, La Plata (1900) Buenos Aires.

UNA ACCIÓN QUE SALVA VIDAS

Médula Ósea: 3 de cada 4 personas dependen de un donante voluntario

Encontrar un donante no siempre es fácil, ya que la mayoría de las personas que necesitan un trasplante no cuenta con un familiar compatible.



Requisitos. Quienes quieran donar médula ósea deben tener entre 18 y 40 años, buen estado de salud y pesar más de 50 kilos.

■ Cada 1º de abril se conmemora el Día Nacional de Donación de Médula Ósea, con ánimo de resaltar la relevancia de ser donante y descartar mitos alrededor del procedimiento, que puede salvar vidas, no lejanas, sino la de todos.

La médula ósea es un tejido que está dentro de los huesos y cumple una función clave: producir las células de la sangre. De ella dependen los glóbulos rojos, que transportan oxígeno; los glóbulos blancos, que defienden al cuerpo de infecciones; y las plaquetas, que permiten la coagulación.

Existen dos tipos de médula ósea. La médula roja es la responsable de generar las células sanguíneas y se encuentra en huesos como el esternón, las costillas y las vértebras. La médula amarilla, en cambio, tiene mayor contenido de grasa y funciona como reserva, aunque puede activarse si el organismo necesita producir más sangre.

Cuando la médula no funciona correctamente y deja de producir células sanas, puede ser necesario

un trasplante, que permite reemplazarlas por otras capaces de restablecer la producción de sangre.

El trasplante puede realizarse con células del propio paciente o con las de un donante compatible. También pueden utilizarse células provenientes de sangre de cordón umbilical o de familiares parcialmente compatibles.

COMPATIBILIDAD

Encontrar un donante no siempre es fácil: 3 de cada 4 personas que necesitan un trasplante no tienen un familiar compatible y dependen de donantes voluntarios. "Por eso, la donación es fundamental: cuantos más donantes haya, mayores son las posibilidades de encontrar compatibilidad", expresó la médica clínica Viviana Cantarutti.

En Argentina, cada año muchas personas necesitan un trasplante de médula ósea para seguir adelante con su vida. Donar es un proceso sencillo, seguro y puede marcar una diferencia enorme: empieza con un

➔ **Donar es un proceso sencillo y seguro: un gesto mínimo puede convertirse en una oportunidad única para alguien más.**

gesto mínimo y puede convertirse en una oportunidad única para alguien más.

"Se trata de un proceso vital, porque sostiene funciones esenciales como la oxigenación, la defensa y la cicatrización", remarcó la especialista, y sumó sobre la acción concreta del trasplante: "El objetivo es que esas nuevas células vuelvan a generar sangre de manera normal".

PASO A PASO

Quienes deseen ser donantes pueden inscribirse en el Registro Nacional de Donantes del INCUCAI. Los requisitos son: tener entre 18 y 40 años, buen estado de salud y pesar más de 50 kilos. El primer paso es muy simple: una extracción de sangre para poder conocer la compatibilidad con pacientes que necesitan un trasplante.

Si en algún momento aparece una coincidencia, el donante es contactado para avanzar. Ese llamado puede significar algo enorme: ser la única posibilidad de vida para otra persona.

En la mayoría de los casos, la donación se realiza mediante aféresis, un procedimiento similar al de donar sangre, en el que se extraen las células necesarias y el resto se devuelve al cuerpo. En menor medida, puede realizarse a través de una punción en la cadera, bajo anestesia. Ambos métodos son seguros y están controlados por profesionales de la salud. ■

**VPH: la vacuna y el PAP podrían evitar y erradicar varios tipos de cáncer**

El Virus del Papiloma Humano es causa de varios tumores, el más frecuente es el de cuello uterino. Sin embargo, sólo la mitad de la población se vacuna oportunamente.

■ Hay una sola vacuna que previene más de seis tipos de cáncer. En Argentina es gratuita, obligatoria, requiere una sola dosis y se aplica en niñas y niños a los 11 años. Sin embargo, la cobertura es baja: sólo la recibió la mitad de la población objetivo. Se trata de la vacuna para el Virus del Papiloma Humano (VPH), efectiva para evitar los tumores de cuello uterino, vulva, vagina, pene, ano y garganta, que se desarrollan a partir de ese virus de transmisión sexual.

El jueves, 26 de marzo, se conmemoró el Día Mundial de la Prevención del Cáncer de Cuello Uterino, una fecha para concientizar sobre la vacunación y detección temprana de esta enfermedad.

Hay más de 200 variantes de VPH y es tan frecuente que se calcula que 8 de cada 10 personas con vida sexual activa lo contraerá en algún momento de su vida. En el país, cada año, se diagnostican entre 4.500 y 5 mil casos de ese cáncer que afecta la parte final del útero, la que se conecta con la vagina. Se calcula que esta enfermedad provoca más de 2.200 muertes anuales en Argentina. En la Provincia de Buenos Aires el cáncer

de cuello uterino causa alrededor de 1.000 muertes por año, más del 80 por ciento en mujeres mayores de 40 años y afecta, principalmente, a personas con mayor vulneración de derechos en términos socioeconómicos.

TEST DE VPH

El test de VPH anticipa cinco años la aparición de una lesión, que es lo que detecta el Papanicolaou: "Es un gran cambio y en los países del norte, Estados Unidos, Europa ya es la estrategia que se utiliza en toda la población", explicó Ferroni.

El Instituto Provincial del Cáncer, que depende del ministerio de Salud bonaerense, ya logró implementar el test en hospitales de 33 municipios de toda la provincia: Bahía Blanca, Tornquist, Villarino, Escobar, Exaltación de la Cruz, General San Martín, San Fernando, Tigre, Avellaneda, Almirante Brown, Ezeiza, Florencio Varela, Lomas de Zamora, Quilmes, Lanús, General Rodríguez, Merlo, Hurlingham, Ituzaingó, Morón, Tres de Febrero, Moreno, General Pueyrredón, Necochea, Azul, Bolívar, Olavarría, Saladillo, Berisso, Ensenada, La Plata y La Matanza. ■

PROVINCIA DE BUENOS AIRES, PIONERA

La experiencia internacional de donación de médula ósea comenzó en la década de 1950 y en Argentina, dentro del ámbito público estatal, se remonta a la década de 1990 cuando el Servicio de Hematología y Hemoterapia del HIGA "R. Rossi" de La Plata inauguró en 1993 el primer Centro de Trasplante Para Adultos, no solo provincial, sino nacional con esta modalidad de financiamiento.

Actualmente la Provincia de Buenos Aires cuenta con tres Unidades de Trasplante del sistema público estatal para atención de pacientes. En ellos pueden realizarse todas las modalidades de trasplante.

CUIDADO DEL COLON: SANGRE OCULTA EN MATERIA FECAL

Pasados los 50 años, el cuidado del intestino es fundamental para prevenir el cáncer de colon. Antes de la videocolonoscopia, se puede realizar un test muy sencillo y cero invasivo, que permite detectar pólipos o tumores en etapas tempranas: la detección de sangre oculta en materia fecal.

Este análisis se realiza en cualquier laboratorio de análisis clínicos y la toma de la muestra requiere pasos muy simples: una dieta, un frasco y una cuchara.

Durante tres días debe evitarse la ingesta de alimentos duros que puedan lastimar las encías, se indica no asistir a tratamientos odontológicos y realizar la higiene bucal sin cepillado.

Al cuarto día, se deben recolectar aproximadamente 4 cucharaditas de té de materia fecal de una deposición del día y colocarlas en un frasco estéril sin formol.

El cáncer de colon se puede prevenir, detectar precozmente, tratar y curar.