



Fundación Dr. Pascual

PENSEMOS EN LA SALUD

BOLETÍN MÉDICO DIVULGATIVO DE LA FUNDACIÓN DR. PASCUAL
AÑO III N° 30 - SEPTIEMBRE 2010

Rinitis en los ancianos

Inmunosenescencia

Hipertensión pulmonar

Existen múltiples avances en los conocimientos

Piedras en el riñón

Pacientes terminales



Las dietas ricas en antioxidantes reducen el riesgo de enfermedades relacionadas con el estrés oxidativo

DIETA

Con la colaboración de:



Consejo Editorial

Dr. Salvador Pascual Sánchez-Gijón
Dr. Javier Pérez Jiménez
Dr. Antonio Bascuñana Quirell

Realización,

Redacción: Dr. Juan Carlos Moreno
Maquetación: Denis Wrigley Arufe

Imprime: Grupo I.N. Impresores - Mod.61746
Depósito Legal: CA-906-07

La Fundación Dr. Pascual no es responsable
de las opiniones.

GRUPO I.N.  IMPRESORES



RINITIS EN LOS ANCIANOS



La rinitis es la inflamación de la mucosa nasal caracterizada por síntomas de congestión, rinorrea, picor de nariz, goteo nasal y estornudos, pero en las personas mayores los síntomas se amplían con la formación de costras, tos, secreción excesiva, pérdida de olfato y sequedad nasal.

Se puede dividir en alérgica y no alérgica, siendo la primera una inflamación mediada por una inmunoglobulina que se activa como defensa a diferentes alérgenos como el polvo, el polen o el moho.

La definida como no alérgica se caracteriza por síntomas, que no están mediados por la inmunoglobulina citada, como la congestión y rinorrea clara, con menos protagonismo de los estornudos y del picor nasal, y se suele desencadenar por estímulos inespecíficos como los olores, la comida, la emoción,

o un cambio en las condiciones atmosféricas.

La enfermedad se presenta con más severidad en los ancianos por alteraciones de la función inmune, un concepto llamado en la actualidad como inmunosenescencia.

Además, a medida que envejecen las personas aparecen cambios en la anatomía y la fisiología nasal, lo que favorecen la expresión de la rinitis ya que se atrofia la mucosa provocando un moco más espeso pero con sequedad del resto de la nariz, sin olvidar la pérdida de olfato.

Se clasifica como "intermitente" si los síntomas están presentes menos de 4 días por semana o en menos de 4 semanas consecutivas, o como "persistente" si los síntomas están presentes más de 4 días a la semana y durante más de 4 semanas consecutivas, situación complicada.

SALUD EN ONDA CÁDIZ

La televisión local Onda Cádiz ha apostado por un apartado sobre salud los lunes en su programa Buenos Días, dirigido por Guillermo Riol.

El Dr. Juan Carlos Moreno conduce esta sección de salud que contó

en esta ocasión con el Dr. José Antonio Torres, Otorrinolaringólogo del Hospital Virgen del Camino de Sanlúcar de Barrameda, que explicó de una forma sencilla las precauciones necesarias en playas o piscinas.



CCMIJU

El CDTI (Centro para el Desarrollo Tecnológico e Industrial), ha destacado en su informe de participación en el Programa Marco desarrollado durante los años 2007 a 2009, la relevante contribución del Centro de Cirugía de Mínima Invasión Jesús Usón (CCMIJU) a través del proyecto CARE-MI con un 60% de la inversión en

la comunidad autónoma de Extremadura.

El Dr. Francisco M. Sánchez, Investigador Principal del Proyecto en el CCMIJU, indica que este hecho supone un avance significativo en el desarrollo de la investigación en Extremadura y un paso más en la estrategia de internacionalización puesta

en marcha por la dirección del Centro Tecnológico para los próximos años.



PIEDRAS EN EL RIÑÓN

La mayoría de las piedras en el riñón surgen cuando la orina se condensa con una "sal" que es capaz de formar cristales sólidos. Los síntomas aparecen cuando taponan el uréter que

transporta la orina hacia vejiga y, aunque, aproximadamente entre el 80-85 % de estos cálculos pasan de forma espontánea, casi un 20% de los pacientes requieren de ingreso hospitalario

debido al implacable dolor que provoca la imposibilidad de expulsión de la piedra más la aparición de infección del tracto urinario.

El pico de inicio de esta nefrolitiasis sintomática suele estar entre la tercera y cuarta décadas de la vida.



NUEVAS IMAGENES

Un nuevo tipo de radiografía es capaz de estudiar el tejido cerebral con mayor nivel de detalle que las conseguidas con las pruebas actuales y, además, sin contraste.

Es una prueba radiológica que permite incluso captar imágenes de las células, por lo que se podrán visualizar con precisión los distintos tipos de

vasos sanguíneos, la materia blanca y las diferentes zonas de la materia gris.

Estamos hablando de la posibilidad de ver células del cerebro en una masa de tejido de 1cm sin usar ningún contraste.

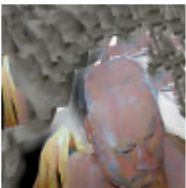
El problema radica en que la dosis de radiación utilizada es

muy elevada, pero esta técnica podrá ayudar a comprender mejor cómo crecen los tumores y, por tanto, como puede detenerse su progresión.

Por lo tanto esta nueva técnica ayudará en el futuro a conseguir un mejor diagnóstico de patologías como el cáncer.



Paloma Rodríguez Sáinz
Enfermera



“Es fundamental considerar la muerte como una etapa más de la vida valorando al paciente como único”

CUIDADOS A PACIENTES TERMINALES

Los pacientes terminales con pronóstico de vida limitado, por padecer una enfermedad avanzada, progresiva e incurable, requieren de cuidados muy continuos que tienen como objetivo principal la mejor calidad de vida posible para el paciente y su familia.

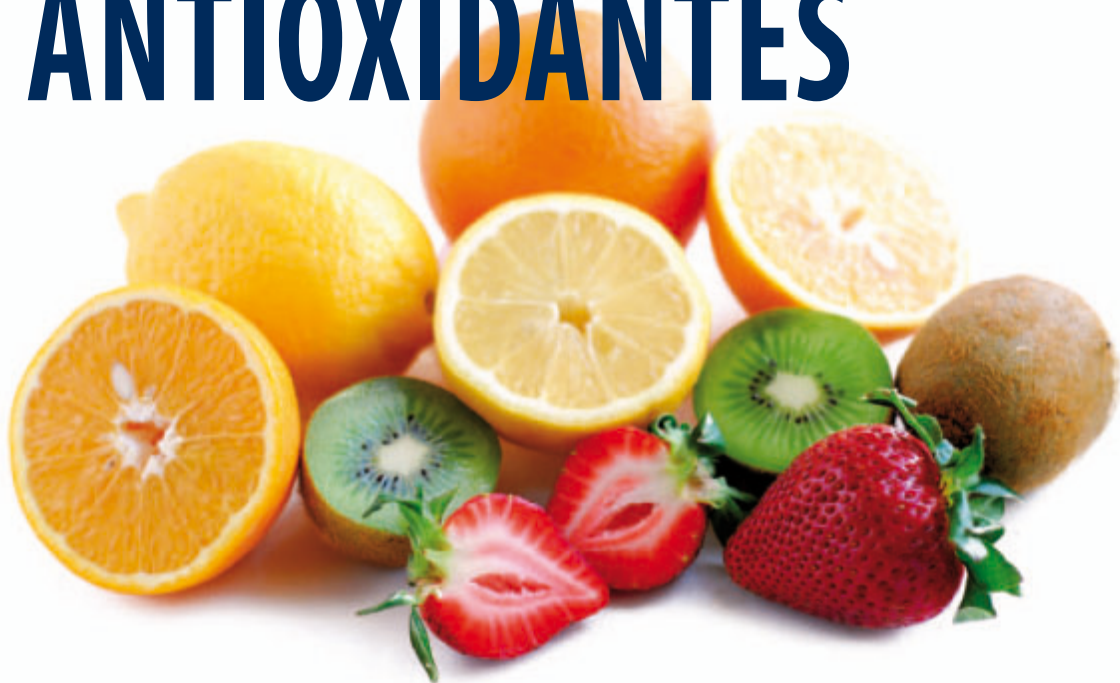
La importancia de la enfermería en este ámbito es fundamental, ya que no solo se trata de que el enfermo no tenga dolor, sino que tenga una buena muerte. Por lo tanto, en nuestra profesión, aparte de controlar los síntomas con la medicación, es importante tener en cuenta las múltiples preocupaciones que tiene tanto el paciente como la familia, ya que suele ser un problema muy común el no sentirse comprendido por

las personas que le rodean, especialmente por el personal sanitario, que en ocasiones, estamos muy acostumbrados a estas situaciones.

Es fundamental considerar la muerte como una etapa más de la vida valorando al paciente como único, individualizando el tratamiento para obtener su mayor bienestar y confort, todo esto requiere humanización, empatía y plena dedicación.

La OMS expresa principalmente el alivio del dolor y de los otros síntomas, no alargar ni acortar la vida y tratar al paciente desde un punto de vista integral, realizando una comunicación eficaz, controlando todos los síntomas de forma pertinente y apoyando a la familia.

ANTIOXIDANTES



Existen actualmente Unidades de Trastornos de Alimentación en bastantes Hospitales para tratar la obesidad por la mala nutrición de los pequeños de nuestro entorno. No olvidemos que los padres casos son responsables en muchos casos.

Los malos hábitos nutricionales y la ausencia de actividad física están muy asociados con una influencia negativa tanto en el desarrollo cognitivo como psicológico de los niños.

Dentro del útero el feto necesita que la madre se alimente de una forma correcta porque es su aporte de elementos básicos para un buen desarrollo. Posteriormente, la lactancia es vital porque la leche materna le aporta los nutrientes precisos, por su gran contenido de

antioxidantes, y le dará las defensas necesarias para evitar los factores de riesgo frente a los catarros, diarreas, otitis, etc. También es beneficioso para la madre ya que pierde el peso ganado durante el embarazo más rápidamente, pudiendo comer de todo salvo un par de cosas puntuales como la comida picante.

La oxidación es un proceso totalmente natural que se produce en nuestro cuerpo al realizar actividades tan cotidianas como respirar o comer y se genera por la formación de radicales libres que son células incompletas, porque le faltan electrones, que buscan estabilizarse dañando a las células sanas, convirtiéndolas en radicales libres, lo que forma una espiral irreversible.

Aquí radica la importancia de la ingesta de los antioxidantes que aportan las dietas basadas en alto contenido de verduras, legumbres, cereales, frutas, frutos secos y bebidas como el té, que con otros alimentos de origen vegetal ricos en nutrientes reducen el riesgo de las enfermedades relacionadas con el citado estrés oxidativo que pasará factura en edades tempranas.

Las grasas son necesarias porque liberan la energía que necesita el organismo y sirven, por ejemplo, como transportador de vitaminas. El consumo desorbitado más los productos de dudosa elaboración, que todos deberíamos ya conocer porque son muy frecuentes en la actualidad, sobrepasan las citadas funciones apareciendo acciones muy negativas.



ACNÉ

El acné vulgar no suele ser infrecuente entre adolescentes pero sus efectos pueden extenderse más allá de las lesiones físicas, ya que las implicaciones psicológicas y sociales asociadas pueden ser igualmente problemáticas.

Para su control existen varias opciones terapéuticas en la actualidad, no obstante, hay que alinear el tratamiento apropiado para conseguir los mejores resultados.

El seguimiento por los profesionales es importante, igualmente, la necesidad de conseguir la educación y la motivación del paciente.

Los diagnósticos diferenciales más comunes son la rosácea, la foliculitis, la dermatitis de la boca y la dermatitis seborreica, pero ninguno de ellos cursa con

la aparición de espinillas, pues bien, la rosácea suele aparecer en edades posteriores con lesiones inflamatorias como el eritema confinado en la cara central, la foliculitis puede ser debida al uso prolongado de antibióticos apareciendo como pústulas apelotonadas, usualmente en la nariz o el área de la barba, la dermatitis oral generalmente aparece con lesiones simétricas de pústulas y pápulas en la barbilla o pliegues nasolabiales y la dermatitis seborreica provoca un eritema y escalas grasientas en los pliegues nasolabiales y el aspecto ceroso del cuero cabelludo.

La comprensión de los factores patógenos del acné y los planes terapéuticos precisos siempre serán fundamentales

para conseguir los resultados esperados en cada caso concreto.

Múltiples aspectos como la correcta comunicación del adolescente con los padres, la educación, así como conseguir que el afectado no sufra ningún problema de tipo emocional, son parte de los componentes claves para que el tratamiento sea resolutivo.

SOL



Solo por tener la pigmentación de la piel más oscura no se es inmune al cáncer de piel, además, estas personas son diagnosticados más tarde, por lo que tienen más probabilidad de morir a causa de la enfermedad.

Es realmente importante que la gente sepa que independientemente del color de su piel hay un riesgo de que que aparezca un melanoma si se expone de forma inadecuada al sol.

HIPERTENSIÓN PULMONAR

Ciertas enfermedades pueden provocar un aumento de la resistencia vascular dentro de los pulmones lo que provocará un fallo del ventrículo derecho del corazón,..., siendo las alteraciones cardíacas, los problemas pulmonares, o ambos en combinación, las causas más comunes de la hipertensión arterial pulmonar más frecuente, es decir, la denominada como secundaria.

Las clínica es con frecuencia enmascarada por la etiología subyacente, aunque lo más frecuente es que aparezca fatiga en el esfuerzo que se irá incrementando, apareciendo también problemas para respirar, cierto adormecimiento o sensación de ligero dolor en el pecho.

Con las pruebas diagnósticas de imagen y de ejercicio se consigue el diagnóstico aunque suele establecerse en las fases avanzadas de la enfermedad y en la atención clínica de los pacientes intervienen distintos especialistas de diferentes niveles asistenciales, por ello, la evaluación de la gravedad de los afectados discierne entre el proceso diagnóstico y la toma de una decisión terapéutica, valoración clínica que tiene un papel fundamental en la elección del tratamiento inicial, la evaluación de la respuesta.

La causa, edad, y la velocidad de progresión marcarán el perfil de agresividad, la presencia de sangre en los esputos y arritmias implican severidad más mal pronóstico.

En la actualidad existen múltiples avances en cuanto al conocimiento, el diagnóstico y el pronóstico de los pacientes lo que ha mejorado notablemente la calidad y la eficacia de su atención clínica, a pesar de que todavía no se ha conseguido su curación.





Fundación Dr. Pascual



Jose Manuel Pascual Pascual
Gestión Hospitalaria

Hospital Dr. Pascual
Málaga