

VS

Vida Salud

DOMINGO 26 DE JULIO DE 2015

LA ESOFAGITIS

Una alergia
enigmática
que hace más difícil
tragar la comida

P.05



elDía

¿Cuánta cerveza es demasiada?



Será lo mejor para quitar la sed primero con agua fresca y, luego, si se desea tomar una cerveza, disfrutar de ella sin estar sediento.

FOTO: CENTRO DE INFORMACIÓN CERVEZA Y SALUD

➔ En Septiembre llega los días de sol y junto a ello aumenta el consumo de bebidas refrescantes. Una de las grandes protagonistas es la cerveza, pero ¿cuánta podemos tomar y cómo hay que consumirla para disfrutar sin poner en cuestión la salud, la silueta y la seguridad al volante?

Por: Pablo Gutmán

Cuando suben las temperaturas, es agradable ver como sube la espuma de la cerveza que nos disponemos a beber para calmar nuestra sed y refrescar nuestro acalorado cuerpo.

¿Dónde hay que poner el límite para que un breve momento de placer no se transforme más adelante en un dolor de cabeza debido a la jaqueca posterior de la embriaguez o el disgusto de comprobar que hemos aumentado de peso?

Como muchas otras cosas en la vida y como cantaba con sabiduría el popular Alberto

Cortez: "Ni poconi demasiado, todo es cuestión de medida...".

Algunos estudios científicos concluyen que la cerveza puede formar parte de una alimentación saludable y que su consumo moderado (de hasta 300 mililitros al día para las mujeres y de hasta 450 para los hombres) no provoca un aumento del peso.

Según una investigación dirigida por la doctora Ascensión Marcos, directora del Instituto de Ciencia y Tecnología de Alimentos y Nutrición (ICTAN), el consumo moderado de cerveza, tanto tradicional como sin alcohol, no modifica la cir-

cunferencia del brazo, cadera y cintura, ni provoca alteraciones en el Índice de Masa Corporal o IMC (una fórmula para saber si una persona padece sobrepeso y en qué grado).

Otro trabajo de los catedráticos Rosa María Ortega Anta, de la Universidad Complutense de Madrid, y el doctor Lluís Serra Majem, de la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, concluye que quienes ingieren cerveza de forma moderada suelen presentar mejores hábitos alimentarios, una composición corporal más adecuada, mayores niveles de HDL o colesterol bueno y

menores de LDL o colesterol malo que los no consumidores.

Según las conclusiones del doctor Ramón Estruch, consultor del Hospital Clínic, los bebedores moderados de cerveza manifiestan consumir una mayor cantidad de verduras, legumbres, pescado, cereales y aceite de oliva, además de realizar una mayor actividad física.

Estos resultados pueden deberse a la baja cantidad calórica de esta bebida fermentada, 90 kilocalorías (Kcal) por cada 200 mililitros y un porcentaje aún más pequeño en el caso de la cerveza sin alcohol, una media

de 34 (Kcal) para la misma cantidad, de acuerdo al doctor Fernando Goñi, del Servicio de Endocrinología y Nutrición en el Hospital de Basurto (Bilbao, norte de España).

Goñi considera que "incluso en las dietas a pacientes que sufren problemas de obesidad, se puede incluir la ingesta de una cantidad moderada, siempre que no esté contraindicado por un problema médico".

CONSUMO MODERADO PARA ELLAS Y ELLOS.

En el manual "Cuida tu peso fuera de casa" (<http://www.seedo.es>) Goñi recopila una serie de consejos donde expone que acompañar un vaso de cerveza con una pequeña porción de comida puede ser una práctica saludable, siempre que se opte por alimentos bajos en calorías y pobres en grasas.



Siempre es recomendable tomar la cerveza al "estilo mediterráneo", es decir, acompañada con algo de comida. Se adapta muy bien a productos ligeramente salados, fritos o con vinagre o escabeches. ¡Y si puede... tómela en compañía de amigos!

Una vez conocidos los beneficios de su consumo moderado y dentro de una dieta saludable, ¿cuándo puede considerarse que una persona está bebiendo demasiada cerveza, es decir una cantidad que pueda ser nociva

para su salud, peso corporal y sobriedad al conducir?.

La cantidad moderada de cerveza "se calcula que es de 300-450 mililitros diarios de esta bebida para un varón y de hasta 300 mililitros para una

mujer", explica a Efe, el doctor Jesús Román Martínez, presidente del Comité Científico de la Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación, SEDCA (www.nutricion.org).

Este es el consumo moderado que se recomienda no superar en las personas adultas y sanas, siempre que no haya ninguna otra ingesta alcohólica al día.

Esta recomendación se refiere a cerveza 'normal', ya que la cerveza sin alcohol puede consumirse con libertad, siempre que sea de un modo razonable, de acuerdo al doctor Román.

"Todas las cervezas son adecuadas cuando se consumen responsablemente y de forma moderada, adecuada a nuestras condiciones vitales", añade.

Para este experto, en general y desde el punto de vista nutricional, la mayoría de las cervezas son muy similares y "hay que irse a cervezas un tanto 'especiales', como las que contienen zumos de frutas o son muy fermentadas y ricas en alcohol, para que haya diferencias significativas".

"La mayor diferencia, claro, radica en que sea cerveza 'sin' (alcohol) cuyo valor calórico es muy reducido, de alrededor de 14 Kcal cada 100 ml, frente a las 45 Kcal cada 100 ml de la cerveza normal, en tanto que el resto de los componentes nutritivos no varía entre estas variedades", señala a Efe.

PARA BEBER SIN PARSARSE.

Estos son los consejos prácticos

del doctor Jesús Román Martínez, de la SEDCA, para beber cerveza de forma saludable y moderada cuando arrecian las altas temperaturas veraniegas.

- Con las altas temperaturas, lo mejor es quitar la sed primero con agua fresca y, luego, si se desea tomar una cerveza, disfrutar de ella sin estar sediento.

- ¡Ojo!: si tiene mucha sed es que no ha bebido lo suficiente en las horas previas. Mantenga un hábito constante de hidratación, bebiendo en cantidades moderadas agua e infusiones frías, especialmente si trabaja o hace ejercicio fuerte al aire libre.

- Siéntese y disfrute de su cerveza bien fría. Eso le ayudará a hidratarse sin excederse de la cantidad recomendable, cuando se tiene mucha sed y hace mucho calor.

- Siempre es recomendable tomarla al "estilo mediterráneo", es decir, acompañada con algo de comida como encurtidos o moluscos, como berberechos o mejillones. En general, su consumo se adapta muy bien a productos ligeramente salados, fritos o con vinagre o escabeches.

- ¡Y si puede... tómela en compañía de amigos!.

Clínica Psiquiátrica y de Salud Mental
REFUGIO DEL ELQUI
www.clinicarefugiodelqu.cl

- Evaluaciones psiquiátricas para internación en 24 horas.
- Sesiones familiares realizadas por equipo multidisciplinario.
- Test de drogas con resultados inmediatos.
- 6000 metros cuadrados de Áreas Verdes, emplazados en el valle del Elqui.
- Depresión, Bipolaridad, Trastornos de Personalidad, Adicciones y Trastornos Alimenticios.

Condominio Las Campinas Sitio 13, ALTOVALSOL, La Serena
Administración: 74774480 Enfermería: 74774481 - 051-2211781
Consulta: 98865436 - 051 2215825

Curso Masaje Reductivo P.E.F.E
Sabado 25 de Julio - ¡Solo 6 cupos!
Dirigido a profesionales de la estética y personas interesadas. Incluye apuntes y diploma de participación. Valor \$75.000
Mayor información a contacto@cliniestetica.cl

Franklin Delano Roosevelt #884, La Serena. Fono: 051-2-549246.
contacto@cliniestetica.cl - www.cliniestetica.cl.

Verónica Abbott
TERAPIA DE PAREJA
SEXOLOGÍA CLÍNICA
EDUCACIÓN SEXUAL
ORIENTACIÓN FAMILIAR
Y COACHING
EDUCACIONAL

Parentalis
Centro de apoyo a la familia y a la educación

Roosevelt 878 - La Serena
Fono: 2213608 Cel: 52312070
www.parentalis.cl

Psicóloga
María Cecilia González
Magister en Psicología Clínica Infancia y Adolescencia Universidad Adolfo Ibáñez
Instituto Chileno de Psicoanálisis (ICHPA).

Fonasa - Particulares
Balmaceda # 2195 of. 306
La Serena - Cel: 85969692

Centro de Alta Complejidad en Implantología Estética y Rehabilitación Oral
LOS VALLES
Centro Médico y Odontológico

"50% descuento en rehabilitación con implantes"

***Implante + Corona Unitario \$399.000. Sólo 20 cupos**

Prof. Dr. Matías I. Letelier M.
Cirujano Dentista U. de Chile
Implantología Oral
Huanhualí 308 - La Serena
www.doctorletelier.cl
Fono: 051- 2529852

* Promoción Julio. Incluye: Radiografías, Implante, Pabellón, Corona Porcelana y Control. Solo pago en efectivo.

Miembro de la Sociedad de Implantología Oral de Chile - Miembro de la Sociedad de Prótesis de Chile - Miembro del International Team for Implantology.

TERAPIA INDIVIDUAL - PAREJA Y FAMILIA
PSICOTERAPIA - PSICODIAGNOSTICOS

EDGARD QUEVEDO TORRES
PSICOLOGO

BALMACEDA 1015 OF. 314 FONO: 51-2224117
EDIFICIO FLEMING 91006792
ps.edgardquevedo@gmail.com 76919674

María Elena Souyet L.
PSICÓLOGA CLÍNICA
Pontificia Universidad Católica de Chile

Magister en Adolescencia U. del Desarrollo de Santiago ©.
Acreditada como Especialista en Psicoterapia por el Colegio de Psicólogos de Chile.

Psicodiagnóstico y psicoterapia, para adolescentes y adultos.
Supervisión y terapia para Psicólogos en vías de acreditación
Charlas y talleres a colegios (Orientación Vocacional, sexualidad y drogas).
Talleres a Empresas

Alfredo Berndt 1815, La Serena. F: 2212168 - (9)81982325

CENTRO TERAPEUTICO CLINICA DEL ESTRES
Acupuntura, Quiropraxia y Masajes para controlar emociones, ansiedad y estrés, reducir dolores físicos crónicos y agudos, regular sueño y vigilia, control del sobrepeso, Regulación Integral.

- Médico Psiquiatra **Casandra Parvez**.
- Acupunturista **Alejandro Valdés B.**
Acreditado por Ministerio de Salud N°23417
- Terapeuta **Claudia Brown**.
Piedras calientes, Sanación con símbolos y Agua, Drenaje
- Psicólogos clínicos

Henry Ford 877, La Serena - Tel: 051.2211871 Cel: 66890550
[mail: acupunturaserena@gmail.com](mailto:acupunturaserena@gmail.com) - [web: acupunturalaserena.jimdo.com](http://www.acupunturalaserena.jimdo.com)

CONTACTO PARA PUBLICIDAD

VidaSalud

mariaameliahermosilla@gmail.com
9-2169643

Por: Dra Jimena Zarama
Mi Espacio

Ozonoterapia y Factores de Crecimiento

Ozonoterapia se utiliza de manera conjunta a los factores de crecimiento y aunque reciba su nombre del ozono, éste no es su principal componente. Se utiliza un 5% de ozono puro y un 95% de oxígeno de uso medicinal.

¿En qué consiste la ozonoterapia?

Se trata de administrar una mezcla de ozono y oxígeno en las proporciones anteriormente indicadas con fines medicinales.

Los primeros en aplicar esta técnica fueron los alemanes en el año 1914 (I Gerra Mundial) como antiinflamatorio, antioxidante, regenerador y analgésico. También es un potente revitalizante y un germicida estupendo. Actualmente la ozonoterapia se aplica incluso en personas sin ninguna dolencia



con la intención de mejorar sus aptitudes físicas y psicológicas y anti envejecimiento. Es un tratamiento 100% seguro y sin efectos secundarios.

Para qué se utiliza la ozonoterapia

Existen numerosas aplicaciones de la ozonoterapia, algunas de ellas son:

Cuando se está realizando un tratamiento de factores de crecimiento, se utiliza la ozonoterapia para prevenir infecciones.

En problemas y enfermedades como la hernia de disco, la ciática, el lumbago, la artrosis y la artritis, la sobrecarga muscular o articular, el dolor en cervicales, la tendinitis, la condromalacia, meniscopatía, lipomas y lesiones musculares.

Para los problemas circulatorios, arteriosclerosis, úlceras vasculares, pie diabético e insuficiencia venosa crónica.

En ocasiones también se utiliza para los dolores de cabeza, neuralgias, recuperación física,

celulitis con piel de naranja, fibromialgia, cansancio crónico, dermatitis, psoriasis y síndrome de fatiga crónica.

La ozonoterapia ha conseguido evitar operaciones de cirugía a muchas personas gracias a su poder antiinflamatorio.

Ventajas de la Ozonoterapia

La aplicación de la ozonoterapia ofrece numerosas ventajas. Las más destacadas son:

Ayuda al suministro de oxígeno a todos los tejidos, lo que ayuda a la microcirculación y por ende regeneración de algunos tipos de tejidos.

Mejora el sistema inmune.

Mejora la circulación cerebral, especialmente en pacientes con diabetes o parkinson

Mejora el estado anímico y el sueño.

articulaciones
Celulitis
Estrés
Osteoporosis

Efectos del ozono

Los efectos que provoca la utilización de la terapia con ozono aportan un gran beneficio a enfermos y pacientes. Los efectos más importantes de la ozonoterapia son:

Reduce la cadena de ácidos grasos y facilita la eliminación de las células de grasa.

Mejora la oxigenación de los tejidos

Regenera los tejidos
Aumenta la oxigenación sanguínea.

Acción antibacteriana, fungicida y antivírica.

Disminuye la agregación plaquetaria.

Antiálgico
Antiinflamatorio.

Estimula el sistema retículo-endotelial.

Mejora la calidad de vida del paciente

Indicaciones terapéuticas del ozono

Tal y como ya hemos comentado con anterioridad, la ozonoterapia tiene la propiedad de luchar contra virus, infecciones, bacterias y contra la inflamación. Es por esta razón que puede utilizarse para casos como los que presentamos a continuación:

Heridas
Úlceras
Procesos de cicatrización

Quemaduras
Abscesos

Patologías víricas como la hepatitis o el herpes

Glaucoma

Hernia de disco

Inflamaciones de las

Dr. Juan Pablo Del Villar Urriolagoitia

Ortodoncia
Odontología general
Urgencias dentales
Endodoncia
Prótesis fija y removible
Blanqueamiento
Implantes dentales

■ Balmaceda N° 1115, La Serena - Oficina 408
Edificio Portal Amunategui - Fono: 2 578700
■ Henríquez N° 404, Coquimbo, Piso 2, Oficina 3
Fono: 2 - 316683

CLINICA DENTAL COQUIMBO

ORTODONCIA
FRENILLOS ESTETICOS
100% INVISIBLES
ODONTOLOGIA INTEGRAL
NIÑOS Y ADULTOS

DR. PABLO VILLAR SIMON
DRA. MARLENE IDE CASANUEVA

WWW.ESTETICAORAL.CL - Fono: 2314 312

ORTODONCIA MODERNA
PROFESIONALES QUE DAN CONFIANZA

¡AVERIGÜE POR NUESTRA PROMOCION!

Ortodoncia Tradicional
Ortodoncia Estetica
Ortodoncia Lingual

THOMAS JEFFERSON 1550
(Huanhualí / Larrain Alcalde)
FONO : (051) 2524385
www.ortodonciamoderna.cl

Lo más nuevo en tecnología

CLÍNICA DENTAL
Dr. Miguel Jacob Jure
Odontología General - Cirugía
Prótesis Fija y Removible
Endodoncia - Radiografías
Blanqueamiento

URGENCIA 98185237
PRESUPUESTO GRATIS

ISAPRES - PARTICULARES Y CONVENIOS
PENI 467 / FONOS 2 224897-098185237 / LA SERENA

MEDICINA INTERNA | **Dr. Felix Jacob Jure**
FONASA - PARTICULARES
FONO: 2 212076

AS CLINICA DENTAL
Dra. Astrid Sánchez

FRENILLOS ESTÉTICOS
IMPLANTES
Radiología digitalizada
Blanqueamiento Láser

Avenida Gabriela Mistral 2842
Sector San Joaquín Teléfono:
(51) 527889
+56 9 57313802
www.asdental.cl
asdental.laserena@gmail.com

DENTHUS
CELEBRAMOS 10 AÑOS!

Una linda sonrisa te cambia la vida

20%* IMPLANTOLOGÍA
60%** ODONTOLOGÍA GENERAL

* Descuento NO aplica en Laboratorios e Insumos.
** Descuento se aplica sobre arancel de referencia. Colegio de Dentistas de Chile.

Av. Estadio 1648, La Serena | (051) 2) 219307 - 220457
www.denthus.cl
Promoción válida hasta el 31 de Julio de 2015

LAS ARAUCARIAS

ODONTOLOGÍA

-Dr. Pablo Lazcano
Odontología Estética Restauradora
-Dra. Marcela Rojas
Odontopediatría
Atención con Anestesia General
-Dr. Rodrigo Klenner
Ortodoncia
-Dra. Angeles Valdivia
Periodoncia
-Dra. Carolina Neira
Endodoncia
-Dra. Camila Barriga
Odontología Integral
-Dr. Darwin Perez
Odontología Integral

• ATENCION NIÑOS TODAS LAS EDADES, PACIENTES ESPECIALES
• ATENCION CON OXIDO NITROSO Y ANESTESIA GENERAL

Tenemos a su disposición todas las especialidades Odontológicas
Av. Gabriel Gonzalez Videla 2026 - La Serena (Frente COPEC)
Fono: 512216512 - cel: 82378392
Visitanos en www.dentalaraucarias.cl

CLÍNICA DENTAL
AV Alberto Ventura
www.avclinicadental.cl

REHABILITACIÓN ORAL • PRÓTESIS FIJA Y REMOVIBLE • IMPLANTOLOGÍA

VUELVE A SONREÍR

22 14 017

Red compra | transbank. | Huanhualí # 495 • La Serena

Por: Roberto Castillo

Cinco beneficios del TRX o entrenamiento en suspensión

Se trata de una forma de entrenar distinta, muy funcional y que admite un gran número de variaciones de ejercicios y movimientos. Trabajar todo tu cuerpo en un mínimo espacio es posible, y es uno de los cinco principales beneficios del entrenamiento con TRX.

Si bien yo lo utilizo sobre todo para entrenamientos personales, el TRX actualmente también se practica en clases colectivas. Si dispones de este material en vuestro centro, espero que conociendo sus beneficios te animes a probar una sesión.

El TRX permite entrenar todo el cuerpo con el mismo "accesorio": la mayoría de los ejercicios que realizamos en sala podemos hacerlos, con modificaciones, con el TRX.



Sólo necesitamos un anclaje al techo o a una pared y un espacio de aproximadamente dos por dos metros, por lo que resulta un sistema versátil que se adapta a todos los espacios, por pequeños que sean.

El entrenamiento en suspensión es funcional, ya que permite trabajar movimientos que implican grandes cadenas musculares. Al disponer de menos apoyos que cuando trabajamos de forma tradicional, nuestra sección media o core debe estar activado al 100%: él nos estabiliza, y por él pasan todas las fuerzas que generamos.

Trabajar con nuestro peso corporal, como es el caso del

entrenamiento con TRX, nos permite aumentar nuestra fuerza y resistencia muscular, y tonificar todo nuestro cuerpo. Si esto se nos queda corto, siempre podrás utilizar muñequeras o tobilleras con peso para aumentar la dificultad.

Si aplicamos el entrenamiento en suspensión en un circuito de intervalos obtendremos, además de los beneficios anteriormente mencionados, un buen entrenamiento cardiovascular y quemagrasas. Tiempos de trabajo moderados, realizando tantas repeticiones del movimiento como nos sea posible, y descansos cortos son la clave para maximizar

la quema de grasas. El TRX es perfectamente combinable con otros implementos como el Fitball, el Bosu o las bandas elásticas, por lo que la variedad de ejercicios que podemos realizar es prácticamente inagotable. ¡Imposible aburrirse con la rutina!

En La Serena

Se puede desarrollar sin problemas en el aire libre, o en la comodidad de su hogar. Lo pueden ejecutar personas de todas las edades y sexo en forma grupal o individual mejorando su condición física en forma rápida y segura.

Contacto de instructor certificado por trx Chile Roberto Castillo Henriquez fono 73888110 wasap +56973888110 Facebook Rober trx instructor correo electrónico: castillo.h@hotmail.com

Q Medicina China

Nadia Albarrán Meixner
Médico Acupunturista

LUMBAGO, DEPRESION, INSOMNIO, TINITUS, ANSIEDAD, COLON IRRITABLE, ASMA, ARTRITIS, FIBROMALGIA, CEFALEA, PARALISIS, NEURALGIA, LESIONES DEPORTIVAS, TRASTORNOS MENSTRUALES Y DE FERTILIDAD FEMENINA Y MASCULINA, ETC.

50% DE DESCUENTO A TERCERA EDAD.

contacto@qmedicinachina.cl | Ramón Ángel Jara 730, La Serena
+56 9 74989665
www.qmedicinachina.cl

Depilación Láser y Dermatología

Director Médico **Felipe Guerrero**
Dermatólogo

Depilación Laser Alexandrita
Botox - Hialurónico
Nutricionista
Celulitis - Flacidez

George Washington #560 - La Serena
www.lasermedika.cl
Fono: 2214313

Odontología Avanzada Sonríe

UNA SOLUCIÓN AVANZADA A SU SONRISA
Profesionales, tecnología y atención personalizada

Servicios:

- Diseño de sonrisas.
- Extracciones dentales sin dolor.
- Tratamiento de conducto.
- Implantes de titanio y coronas cerámicas.
- Tapaduras.
- Placas fijas y removibles.
- Frenillos metálicos e invisibles.

ATENCIÓN ESPECIAL AL ADULTO MAYOR

COQUIMBO: Aldunate 1459, oficina 10. Fono: 051-2549136

LA SERENA: Amunátegui 1115, oficina 305, Portal Amunátegui. Fono: 051-2350720

www.odontologiaavanzadasonrie.cl
odavanzadas@gmail.com



“Usted puede decirle adiós a sus lentes”

Cirugía Refractiva Lasik

CENTRO OFTALMOLOGICO LASIK IV REGION

Clínica Elqui
Av. El Santo 1475, La Serena.
51 - 2 563 019
51 - 2 563 020

www.pasteur.cl

Dr. Rigoberto Altamar
Cirugía Plástica y Reconstructiva

MIESPACIO CLINICO
medicina regeneración tisular

TECNICAS CERTIFICADAS
Cirugía plástica formación internacional
Cosecha células madre autólogas
Implante de células madre
Fat Transfer asistida células madre

GLOBALSTEM CELLSGROUP
CHILE

PRIMERA Y MAYOR RED MUNDIAL ACREDITADA EN CHILE

La Serena · Santiago · Concepción
Av. El Santo 1506 - Detrás Mall Plaza La Serena
info@stemcellsgroup.cl | +56 9 6844 3978
EN LA SERENA AGENDE SU HORA HOY
051-252 9312

MIESPACIO CLINICO | REGENESTEM | GLOBALSTEM CELLSGROUP CHILE

PRIMERA Y MAYOR RED MUNDIAL ACREDITADA EN CHILE
CONSULTA PERMANENTE EN LA SERENA

Estados Unidos - Australia - Mexico - España - China - Filipinas - Argentina - Reino Unido
Costa Rica - Republica Dominicana - Colombia - Ecuador - Peru

- **Medicina Regenerativa (Células Madres)**
 - Rejuvenecimiento Facial y Sistémico,
 - Artritis, Artrosis, Heridas y Ulceras.
 - Dolor espalda, hombro, rodillas, articulaciones
 - Diabetes, Neuropatías, EPOC, Daño Cardíaco
 - Lupus, Psoriasis, Alopecia
- **Cirugía Plástica y Reconstructiva**
 - Lipoescultura 3D, con Transferencia de Grasa
 - Implante Mamario, Abdominoplastia, Lifting
 - Ginecomastia, Párpados
- **Medicina Estética**
 - Rejuvenecimiento Facial
 - Plasma Rico en Plaquetas, High Pure PRP
 - Botox (Allergan), Mesolifting, Rellenos
 - Acidos Hialurónicos - Varices - Rosacea
 - Despigmentantes Faciales - Peeling.
- **Corporales**
 - Pre y Post Operatorios - Masajes
 - Anticelulíticos - Reductivos (Aparatología)
 - Depilación IPL

La Serena - Santiago - Concepción
Av. El Santo 1506 - Frente a Clínica Elqui
info@stemcellsgroup.cl 051 - 2529312 / 09- 68443978

N&S Centro Dental Clínicas La Serena

- ✓ **URGENCIAS DENTALES**
- ✓ ESTÉTICA DENTAL
- ✓ BLANQUEAMIENTO DENTAL
- ✓ PRÓTESIS Fija y REMOVIBLE
- ✓ ORTODONCIA
- ✓ PERIODONCIA
- ✓ ODONTOPEDIATRIA
- ✓ CIRUGÍA BUCAL
- ✓ RADIOLOGÍA DENTAL
- ✓ ENDODONCIA

DIRECCIÓN
Balmaceda 417
OF. 24 La Serena (Esquina Prat)
TELÉFONO (51) 2214391

CONVENIOS / TARJETAS / SEGUROS / FACILIDADES

Por: Pablo Gutman

Su nombre, esofagitis eosinofílica o EoE (por sus siglas en inglés) es muy complejo, al igual que encontrar un diagnóstico y un tratamiento eficaces para este trastorno emergente que se ha convertido en uno de los temas candentes entre los alergólogos en Estados Unidos.

Los casos de EoE, una respuesta inflamatoria en el esófago que hace que sea difícil de tragar los alimentos, van en aumento, sin que los médicos aún conozcan la razón, de acuerdo a los especialistas en alergias del Centro Médico Wexner de la Universidad del Estado de Ohio (<http://wexnermedical.osu.edu/>), TOSU-WMC, por sus siglas en inglés.

Consultada por Efe sobre la incidencia de esta enfermedad misteriosa, la doctora Princess Ogbogu, directora del programa de alergia e inmunología, en el Centro Médico Wexner señala que los casos de EoE siguen aumentando de forma significativa e incluso bastante dramática en todas las edades en EE.UU., aunque todavía no se sabe cuántas personas la padecen en ese país ni ha revisado los posibles datos sobre su incidencia en otras partes del mundo.

La EoE provoca que el esófago se hinche gradualmente hasta casi cerrarse haciendo que la deglución sea cada vez más difícil y, probablemente, en este síndrome existe un componente de alergia a los alimentos, aunque también podría haber disparadores medioambientales. No obstante los médicos están perplejos y siguen buscando su causa, según el TOSU-WMC.

DESCUBIERTA A COMIENZOS DEL SIGLO XXI.

“La EoE es un diagnóstico reciente, ya que ha sido identificado en los últimos 15 a 20 años y aún no tiene una causa clara conocida”, precisa Ogbogu.

Según la doctora se cree ampliamente que la EoE estaría relacionada con las alergias a los alimentos y al polen, y que podría ser más común en las personas con alergias previas y asma.

El “apellido” eosinofílica de este nuevo desorden, cuyo “nombre” es esofagitis o inflamación del esófago, se deriva de los eosinófilos, un tipo de células blancas inmunitarias de la sangre que ayudan a combatir ciertos tipos de in-



FOTO: THE OHIO STATE UNIVERSITY WEXNER MEDICAL CENTER, USA.

En la imagen la doctora Princess Ogbogu, directora del programa de alergia e inmunología del Centro Médico Wexner, con una paciente alérgica.

Una alergia enigmática

➔ Los casos de una reacción alérgica misteriosa, llamada esofagitis eosinofílica o EoE y que hace que a las personas les resulte cada vez más difícil tragar la comida, siguen en aumentando, confundiendo a los médicos que intentan diagnosticarla y tratarla.



No se sabe mucho de la EoE, pero cada vez hay más ciudadanos en EE.UU. con este síndrome y se sospecha que tiene una relación con los alimentos habituales que producen alergia.

fecciones y que, normalmente, no están presentes en el esófago, el conducto digestivo que comunica la faringe con el estómago, de acuerdo a esta alergóloga de Ohio.

“Si hay demasiados eosinófilos en el organismo pueden causar daños en el cuerpo. Los altos recuentos de este tipo de células son comunes

entre las personas con asma, enfermedad de Crohn, colitis ulcerosa, lupus, eczema y algunas formas de cáncer”, explica la especialista.

“Cuando se acumulan grandes cantidades de estas células blancas de la sangre en el esófago puede causar inflamación, la cicatrización o el estrechamiento de ese

tramo del aparato digestivo”, de acuerdo a la experta del Centro Médico Wexner

Según Ogbogu, los síntomas de la EoE pueden variar dependiendo de la edad de la persona afectada, ya que por ejemplo “los niños con este trastorno a menudo se quejan de dolor de estómago y se niegan a comer, es posible que experimenten dificultad para tragar, vomiten con frecuencia y tienen retraso en el desarrollo”.

Por su parte “los adultos y adolescentes con EoE también tienen dificultad para deglutir y problemas con la comida, lo que puede provocar impactos en el esófago y conducir a que tengan que acudir a un servicio de urgencias”, añade.

Los adolescentes y adultos con esofagitis eosinofílica “también pueden sufrir una acidez persistente que no se alivia con medicamentos, e incluso dolor en el pecho”, según Ogbogu.

DISPARADORES:
ALIMENTOS Y
MEDIOAMBIENTE.

“Dado que la mayoría de los casos de EoE están relacionados con alergias a los alimentos, el manejo de estos episodios incluye pruebas para identificar el alérgeno, dietas para eliminarlo y tratamiento médico”, señala Ogbogu.

“Aunque la EoE no está vinculada directamente con las alergias alimentarias, existe un componente alimentario en este trastorno”, matiza la especialista.

Para esta experta, a menudo el “culpable” o “disparador” de esta condición es uno de los ocho alimentos que causan el 90 por ciento de todas las alergias a los alimentos en Estados Unidos: los cacahuets, los frutos secos, la leche de vaca, los huevos, el trigo, la soja, el pescado o el marisco.

“A veces los síntomas son estacionales y están relacionados con el polen que fácilmente es inhalado y tragado”, agrega.

“Para tratar la EoE, además de eliminar el alérgeno, los médicos a menudo prescriben inhaladores como esteroides tópicos que pueden ayudar a

proteger la garganta y a reducir la inflamación, y si estos tratamientos no son útiles, pueden sugerir una dilatación del esófago para ayudar a mejorar la deglución del afectado”, explica la experta de Ohio.

La dilatación es un procedimiento que le posibilita al facultativo ensanchar un área estrechada del esófago por medio de un balón inflable u otro instrumento que se expande, y que puede requerir sedación o anestesia local.

La doctora Ogbogu explica que los alergólogos trabajan en estrecha colaboración con los gastroenterólogos para diagnosticar y seguir la evolución de la EoE, pero desafortunadamente “las pruebas y el monitoreo de esta condición que se está volviendo cada vez más común, no están dando todavía los resultados esperados”, por lo que están aprendiendo día a día sobre este trastorno.

Actualmente los investigadores del Centro Médico de Wexner trabajan en asociación con los del Hospital Nacional de Niños en Columbus para estudiar y aprender más sobre la EoE.

“Los proyectos en curso incluyen examinar los eosinófilos para aprender más acerca de estas células y sus efectos relacionados con las alergias, probar si los niveles de vitamina D influyen en la susceptibilidad a la EoE e identificar los desencadenantes más comunes asociados con EoE, concluyó Ogbogu.

Dra. LILIANA SANABRIA POVEDA
 Médico Cirujano
 Medicina General y de familia
 Salud Ocupacional
 Enfermedades Agudas y Crónicas
 Medicina Preventiva - Hipertensión Arterial
 Diabetes - Obesidad
 Balmaceda 1015 - Of 317 - Edificio Fleming
 Fono: (051) 2224117 - La Serena
 Ahora atención con bono FONASA y Cruz Blanca

Cirugía Plástica Dr. Diego Polanco
 MÉDICO PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CHILE
 Sociedad Chilena de Cirugía Plástica, Sociedad Chilena de Cirujanos,
 Sociedad Chilena de Quemaduras, Acreditado por CONACEM
CIRUGIA ESTÉTICA
 - Implante Mamario.
 - Reducción y Levantamiento Mamario.
 - Ginecomastia.
 - Abdominoplastia /Lipoescultura.
 - Lifting de brazos y muslos.
 - Implante de Pantorrillas.
 - Blefaroplastia / Otoplastia/Rinoplastia.
 - Implante de Mentón.
 - Bolas de Bichat
CIRUGIA RECONSTRUCTIVA
 - Quemados y sus secuelas
 - Reconstrucción mamaria
 - Reconstrucción de defectos faciales, tronco y extremidades
 - Cáncer de piel.
 - Heridas y Cicatrices
 www.diegopolanco.cl dpolanco@puc.cl
 Clínica Elqui 2563011-2563029
 Megasalud 2337400 / Centro Prosalud 2428215 / Financiamiento

Dr. Alberto Balut Kong
 Otorrinolaringólogo y
 Cirugía Plástica Nasal.
 Botox y relleno facial
 Integramédica - Alberto Solari 1400 - Mall Plaza - La Serena

Dr. Marcos Berry
 Cirugía de Obesidad
 Manga gástrica
 Bypass gástrico
 Balón gástrico
 Cirugía para Diabetes
 www.marcosberry.com
 Av. Estadio 1978 2do piso, Megadent
 Teléfono: (562) 2561783

Camila Arriagada Palma
 Nutricionista
 A PARTIR DEL 30 DE JUNIO
 NUEVA DIRECCIÓN NUTRASALUD
 Juan Antonio Rios SUR 551
 www.nutricionentretenida.cl
NUTRASALUD Consultas:
 94943746 / 051 2 663125

CENTRO MEDICO Los Perales
FISIATRIA
 Dra. Jessica Miranda Muñiz
 (Universidad de Chile)
 Tendinitis - Lumbagos - Artrosis - Artritis - Accidentes Cerebro Vasculares - Amputados - Lesionados Medulares - Hombro doloroso
 Patología de pie - Parálisis facial - Hernias de columna
 Fibromialgia - Parálisis Cerebral Infantil - Síndrome Túnel Carpiano
Los Perales 826 - Fono: 051 2 528459 - La Serena

Kinesióloga Annamaria Camelo C.
 Fono: (51) 2221111
 (09) 77763707
Ortodoncista María Catalina Juliá G.
 Fono: (51) 2223627
 (51) 2221320
Nutricionista Nicole Reinking E.
 Fono: (51) 2211111
 (09) 82955080
Medicina Estética Patricia Céspedes D.
 www.clinicaestetica.patriciacespedes.cl
 Fono (51) 2664748
 Abraham Lincoln #1627 esquina California

LABORATORIO CLINICO XIMA
 NUEVA DIRECCION LABORATORIO CENTRAL
 CALIFORNIA 878, POB. ROMERAL
 LA SERENA
 FONO: 2 244758
RECINTO EMI Fono/Fax: 2248769
 Venta Bonos Electrónicos
 FONASA e ISAPRES
CENTRO MÉDICO OSSIS
 Almirante Allard 401
 Fono 2673930
 La Serena
CENTRO MÉDICO MÁS SALUD
 Larrain Alcalde 1085 -
 Depto. 102
 Fono: 224552 - La Serena
 Venta Bonos Electrónicos
 FONASA e ISAPRES

LABORATORIO CLINICO DRA. GLORIA CANOVAS
 Director Técnico, Exámenes Clínicos Completos
 Equipos y Técnicas Certificadas y Optimizadas
 Bonos Electrónicos: FONASA e Isapres
 Sala de Toma de Muestras
LA SERENA LABORATORIO CENTRAL
 Edo. de la Barra 260, Fono 2225236 - Fax 225263.
DENTIMED Balmaceda 985, Of.208. Fono 2211496
 www.laboratoriodracanovas.cl
 Domicilios - Urgencias

Cirugía de la obesidad y de la Diabetes
 Realizada por un equipo de alta experiencia
 Bypass gástrico
 Manga Gástrica
 Plicatura Gástrica
 Cirugía de la Diabetes
 Estadía gratis en Santiago
Dr. Alberto Maldonado Fajardo
 Miembro del Depto. de Cirugía
 Bariátrica de la Sociedad de Cirujanos de Chile
 Fonos: 96221086
 42790558

Dra. Jimena Zarama
 Estética & Age Management
MIESPACIO CLINICO
 medicina regeneración tisular
 - Envejecimiento
 - Várices
 - Heridas ulcerosas
 - Pigmentación
 - Flaccidez de tejidos
 - Dismorfia facial
 - Líneas de expresión
 Centro Asociado de:
GLOBALSTEM CELLSGROUP
 REGENERATIVA Chile
 PRIMERA Y MAYOR RED MUNDIAL ACREDITADA EN CHILE
 EN LA SERENA
 AGENDE SU HORA HOY
 Av. El Santo 1506 - Detrás Mall Plaza La Serena
 contacto@miespacioestetica.cl // +56 9 6844 3978
051-252 9312

Centro Médico Mar de Piel
Dra. Mónica Ariño Mojica
Nuevo Procedimiento en Mar de Piel:
 Liftig Redensificante con Hilos Tensores
 Generadores de Colágeno.
 Realize su Consulta de Evaluación en Promoción 2x1.
 Ernesto Molina N° 1533, Serena Oriente 1
 Fono: 293532 - 92659470
 www.mardepiel.com - mardepiel@gmail.com
 Botox
 Acido Hialurónico
 Plasma Rico en Plaquetas
 Peeling
 Tratamientos Corporales
 Spa Relajación
 Levantamiento de Glúteos

IS imagensALUD
 Pasión por Mejorar
IMAGENOLOGIA
 RADIOGRAFÍA DIGITAL
 MAMOGRAFÍA DIGITAL
 SCANNER MULTICORTE
 RESONANCIA MAGNÉTICA NUCLEAR
 ECOTOMOGRAFÍA DOPPLER COLOR
COQUIMBO
051-2322831 Venta de Bonos Electrónicos
 LA SERENA 051-2490644
 FONASA / ISAPRES / PARTICULARES / CONVENIOS

NUEVO Centro de Estudio Apnea del Sueño
 Dormirse en cualquier lugar puede ser mortal
CLINICA Elqui
 RED CLÍNICAS Regionales
 Polisomnografía
 Examen clínico e imágenes
 Cirugía Maxilo Facial
 Cirugía Otorrino
 Procedimientos
 (51) 2563081 / (51) 2563000
 Avenida El Santo 1475 LA SERENA
 www.clinicaelqui.cl
 Clínica Elqui

CENTRO LASER
 OFTALMOLOGIA
 CIRUGIA DERMATOFACIAL
 :: DEFECTOS FACIALES
 :: LASER ESTETICA
 :: REJUVENECIMIENTO FACIAL
 :: ENFERMEDADES Y CIRUGIA OFTALMOLOGICA
(51) 222 3962
HUANHUALÍ 735 - LA SERENA