

LOS NUEVOS TRATAMIENTOS PARA COMBATIR LA CISTITIS



Tribuna

Dr. Bartolomé Lloret Giménez

► Urologo
Hospital Internacional Medimar de Alicante

La infección urinaria (IU) es una de las principales causas de infección bacteriana en la mujer joven y de mediana edad. Se estima que entre el 40 y el 50% de las mujeres sufrirán algún episodio de cistitis a lo largo de su vida. De ellas, aproximadamente el 25% sufrirá alguna recurrencia, es decir, volverá a padecer la enfermedad.

Se han identificado diversos factores de

riesgo que pueden predisponer a la aparición de las infecciones urinarias, entre las pacientes más jóvenes factores como la actividad sexual, el uso de preservativos con espermicidas, supone un importante factor de riesgo para la cistitis de repetición.

Trastornos en el aparato digestivo, fundamentalmente el estreñimiento, son también factores predisponentes.

Por el contrario, en pacientes de más edad, con frecuencia la infección urinaria aparece en el contexto de alteraciones anatómicas, la presencia de cálculos, sondas...

El tratamiento de la IU se basa en la administración de los antibióticos adecuados. Normalmente la infección urinaria suele solucionarse con la toma de una o dos dosis de antibióticos. Sin embargo, en el caso de las cistitis de repetición, se necesita el uso de antibióticos a largo plazo pudiendo aparecer resistencias, es

decir, los antibióticos ya no son efectivos.

En este contexto parece evidente la necesidad de mejorar el tratamiento de las pacientes que sufren cistitis de repetición aumentando las defensas naturales (inmunoterapia). Así actúan las vacunas.

Las vacunas consisten en obtener parte de las bacterias más comunes, que infectan el aparato urinario, desactivarlas y reintroducirlas en el organismo por vía oral, vaginal, parenteral. De esta forma nuestro sistema inmunitario se activa produciendo anticuerpos (defensas naturales) para combatir las bacterias.

Ya disponemos en nuestras farmacias de esta posibilidad de ayuda en el tratamiento de la infección urinaria recurrente pero su utilización debe ser valorada por un especialista que la indique.

La cistitis no suele ser una enfermedad importante ni grave pero si se cronifica sólo la paciente sabe lo que tiene que soportar.

Se han identificado diversos factores de riesgo que pueden predisponer a la aparición de las infecciones urinarias, entre las pacientes más jóvenes están la actividad sexual y el uso de preservativos con espermicidas

CUÁNDO UNA MANCHA PODRÍA SER UN MELANOMA



Tribuna

Jaime Vierna García

► Médico

Acabamos de celebrar el Día Europeo del Melanoma, el cáncer de piel más agresivo y el tumor maligno más fácilmente detectable. Su incidencia se ha multiplicado por cuatro en los últimos 10 años, aunque su mortalidad no ha crecido a ese ritmo, en gran medida debido a los programas de divulgación entre la población general. La importancia de los hábitos protectores es decisiva, y eso tenemos que recordarlo también en invierno, porque la luz del sol es la misma todo el año.

Pero yo quiero ahora subrayar algunos aspectos del melanoma que ayudarían a reducir su mortalidad. Está bien –es vital– que nuestra forma de vida no nos exponga a un riesgo aumentado por desprotección frente a la luz del sol, pero es también importante la detección precoz, y eso está mal entendido: en muchas ocasiones dejamos de prestar atención a nuestras manchas –todos tenemos muchas, se considera que una persona normal tiene hasta 200 manchas en su piel– y, así, se pasan por alto los signos de alarma, que podrían hacer que la intervención del médico fuera sencilla y suficiente. Y en otros muchos casos los programas de divulgación sólo consiguen sembrar el miedo indiscriminado, lo que es también fuente de ansiedad y de problemas.

En muchas ocasiones dejamos de prestar atención a las manchas que aparecen en nuestra piel y, así, se pasan por alto los signos de alarma, que podrían hacer que la intervención del médico fuera sencilla y suficiente

¿Cuándo consultar al médico?

De modo que ¿cuándo consultar al médico? En este caso la virtud sí está en el medio: hay que dar importancia a lo importante y de no dársela a lo que no lo es, y para eso hay que saber cuándo una mancha podría ser un melanoma, y distinguirla de las otras manchas que no deben preocuparnos. Los criterios, tantas veces repetidos, son muy sencillos de recordar: A-B-C-D-E.

A.- **Asimetría:** una mancha benigna suele tener forma simétrica; si es asimétrica puede tratarse de un melanoma: vaya al médico.

B.- **Bordes:** los bordes de una mancha benigna suelen ser lisos, regulares; si es de contorno irregular puede tratarse de un melanoma: vaya al médico.

C.- **Color:** el color de una mancha benigna suele ser homogéneo, similar en toda su superficie; si presenta áreas de diferente tonalidad puede tratarse de un melanoma: vaya al médico.

D.- **Diámetro:** una mancha benigna no suele medir más de 6 mm. de diámetro; si es más grande puede tratarse de un melanoma: vaya al médico.

E.- **Evolución:** una mancha benigna no suele experimentar cambios, si la mancha ha cambiado de aspecto, o ha aparecido de nuevo, puede tratarse de un melanoma: vaya al médico.

Otra regla fácil de recordar: el patito feo. Acabamos de recordar que todas las per-



Los hábitos protectores son decisivos.

sonas tenemos numerosas manchas en la piel. Todas ellas son «hermanas»: la misma forma, el mismo color, el mismo aspecto general. Cuando aparece una que es diferente a las demás –más grande, más abultada, más coloreada, más abigarrada, o que pica, escuece, ...–, en fin, una mancha más llamativa, lo que se dice «un patito feo», puede tratarse de un melanoma: vaya al médico.



Noticia
de la Semana

Los cultos, más felices y sanos

¿Te notas decaído?, ¿tu salud se resiente? ¿el estrés puede contigo? ¿la insatisfacción es una constante en tu vida? Si las respuestas son afirmativas quizás es que todavía no has probado a tocar un instrumento, ver una obra de teatro o visitar un museo. La cultura puede mejorar tu salud y hacerte más feliz, con independencia de tu nivel educativo o económico, según una investigación de la Universidad Noruega de Ciencia y Tecnología, publicado en la revista británica «Journal of Epidemiology and Community Health».

El estudio matiza que la relación entre la cultura y el sentimiento de bienestar no es exactamente la misma en ambos sexos. Mientras que ellos encuentran ese placer como espectadores, en un concierto o visitando una exposición; ellas consiguen sentirse mejor y aplacar la depresión o la ansiedad tocando un instrumento o pintando un cuadro.

Los resultados de un estudio sobre más de 50.000 personas no dejaron lugar a dudas sobre la relación entre las actividades culturales y el bienestar personal, pero lo más sorprendente para los investigadores fue que el nivel económico o educativo de la persona no era determinante en esta asociación.

Después de tener en cuenta factores como el estatus económico, se concluye que la participación cultural se asocia, independientemente de otras circunstancias, con una buena salud, unos niveles de depresión más bajos y una mayor satisfacción con la vida. A partir de ahora, quizá las actividades culturales podrían «recetarse» para conseguir un mejor estado de salud.

Juan Carlos Padilla Estrada
Director médico
Hospital Internacional Medimar



9 6 5 . 1 6 . 2 2 . 0 0

www.hospitalmedimar.com