

Las posibilidades de un ACV disminuyen al beber moderadamente.

## EL RIESGO DE ACV, MENOR EN MUJERES QUE BEBEN

El beber disminuye la formación de coágulos sanguíneos.

Las mujeres que beben hasta siete copas de vino o cerveza por semana son ligeramente menos propensas a un accidente cerebrovascular (ACV) que las abstemias, según un estudio.

Los resultados de la investigación, que analizó a miles de mujeres durante casi 30 años y fue publicada en la revista Stroke, coinciden con las guías de la Asociación Estadounidense del Corazón, que recomiendan que las mujeres no beban más de una copa al día.

Esto no significa que deban empezar a tomar alcohol, aclararon los investigadores. El estudio no demostró que el alcohol prevenga los ACV, y no hay una explicación por el momento para el vínculo existente entre ambos. —REUTERS

# Método 'Bates' reduce los vicios refractarios

● Según Andrea Buch, educadora visual, existen técnicas para mejorar la visión sin recurrir al uso de lentes ni a cirugía.

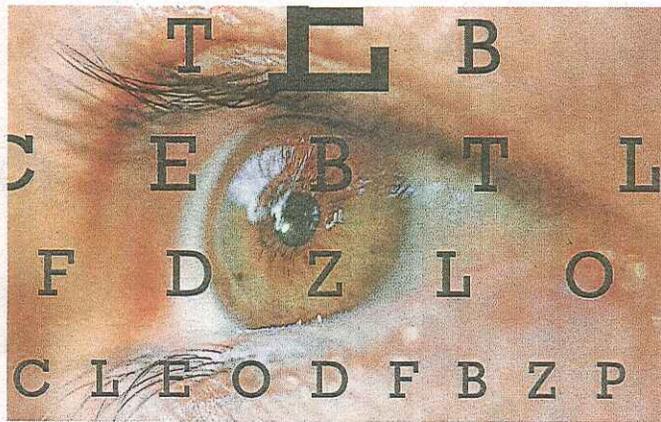
Hasmed Sermeño  
tendencias@eldiariodehoy.com

Métodos 'tradicionales' como el uso de lentes o cirugía láser no son la única alternativa para tratar vicios refractarios como miopía, hipermetropía, astigmatismo, vista cansada y estrabismo. Así lo afirmó la educadora visual, Andrea Buch, quien argumentó que existe un tratamiento alternativo que contribuye de manera natural a superar dichas afecciones.

Se trata del método 'Bates', el cual se fundamenta en "la reeducación visual basada en las observaciones y estudios del oftalmólogo W. H. Bates, a principios del siglo XX", explicó la especialista.

Según el estudio del oftalmólogo Bates, luego de observar a sus pacientes la diferencia fundamental entre la gente que veía bien y la que veía mal era que los que gozaban de buena visión tenían una mirada relajada y en constante movimiento, mientras que quienes veían mal tenían una mirada mucho más fija.

De ahí que el gran reto de esta innovadora técnica que está revolucionando la forma de tratar los vicios refractarios sea que las personas 'reaprendan' la forma



Los vicios refractarios derivan de malas costumbres de rigidez, según experta. FOTO/ EDH

natural en la que se utilizan los ojos; ya que los problemas visuales "no son defectos físicos de los ojos sino malas costumbres de rigidez y tensión al utilizar los ojos y la mente", subrayó Buch.

De hecho, la educadora visual alega que el uso de lentes lejos de contribuir a mejorar la visión aumentan el problema.

"Las gafas y lentes graduadas, aunque nos ayudan a ver con nitidez, no mejoran nuestra vista; al contrario, suelen empeorarla, y además, hacen más rígidos

los músculos oculares".

La mejor opción para mejorar la visión, enfatizó Buch, es mediante la toma de conciencia, y realizar sencillos ejercicios prácticos como el palmeo: que consiste en cubrir nuestros ojos cerrados con las palmas de las manos durante unos minutos, y dejar que descansen en la oscuridad mientras se piensa en algo agradable.

Países como Inglaterra, Italia, España, Francia, EE.UU., Australia y Brasil se han sumado a implementar

el método Bates, según Buch. Sin embargo, en el país los vicios refractarios se siguen tratando con los métodos 'tradicionales'.

Ante esto la educadora visual desea introducir el novedoso tratamiento en El Salvador a través del Taller de Visión Natural y Método Bates, que impartirá mañana en 'La casa tomada' (antiguo Museo Stephen Hawking. Para mayor información comuníquese al 7140-6469 ó escriba al correo <visionnaturalelsalvador@gmail.com>



La temperatura del cuerpo podría detener una infección.

## HIPOTERMIA ELEVA RIESGO DE INFECCIÓN TRAS CIRUGÍA

Mantener cálido el cuerpo durante cirugía reduce el riesgo de infección.

La hipotermia intraoperatoria de menos de 35 grados Celsius aumenta más del doble el riesgo de infecciones en la zona de la operación luego de una laparotomía por un traumatismo, según un informe.

"Nuestros resultados sugieren que la normotermia intraoperatoria debería mantenerse estrictamente en los pacientes que se someten a procedimientos quirúrgicos por trauma", concluyó el equipo del doctor Mark J. Seamon, del Hospital de la Universidad de Cooper en Camden, Nueva Jersey.

Los expertos indicaron que la normotermia intraoperatoria es una medición de calidad establecida en la cirugía colorrectal, pero que no se han estudiado sus efectos sobre la tasa de infección en la zona quirúrgica luego de una laparotomía por trauma.

Los expertos explicaron que la hipotermia dispara la vasoconstricción cutánea, lo que lleva a hipoxia relativa de la herida, y esto en ocasiones afecta los mecanismos de defensa del huésped.

El doctor Seamon y sus colegas señalaron que mantener la temperatura cálida durante la operación demostró reducir el riesgo de infección en la herida luego de una cirugía general, de cabeza y cuello o cardiotorácica, así como también tras una colestectomía y una cirugía abdominal abierta. —Reuters



A pesar de los resultados positivos en la salud de los pacientes, el medicamento continúa siendo evaluado. FOTO EDH

## Dapagliflozina ayuda en la diabetes tipo 2

Especialistas aseguran que este medicamento es la mejor opción cuando la insulina es insuficiente para los pacientes.

Diabéticos tipo 2 que no podían controlar sus niveles de glucosa con altas dosis de insulina mejoraron los niveles de HbA1c y la pérdida de peso después de que agregaron dapagliflozina en una prueba.

Sin embargo, los investigadores informaron que los pacientes tuvieron más episodios de hipoglucemia menor.

La dapagliflozina inhibe selectivamente el cotransportador sodio-glucosa tipo 2, para así aumentar la excreción urinaria de glucosa, según el Dr. John P. H. Wilding y sus colegas del Hospital Universitario Aintree en Liverpool.

"Estos datos sugieren que la

dapagliflozina puede ofrecer una nueva opción de tratamiento para los pacientes que reciben tratamiento con insulina y aquellos con diabetes tipo 2 que no se controlen adecuadamente".

La Administración de Alimentos y medicamentos dijo a los fabricantes del medicamento que quería más datos antes de aprobar la dapagliflozina. —Reuters