

VENTANA DEL PACIENTE

Los perversos efectos del Alzheimer

KOLDO AULESTIA URRUTIA

Presidente de CEAFA

La Confederación Española de Asociaciones de Familiares de Personas con Alzheimer y otras demencias (CEAFA) nace en 1990 para intentar mejorar la calidad de vida tanto de las personas que sufren esta enfermedad como la de sus familiares y cuidadores. Compuesta por un total de 13 federaciones autonómicas y seis asociaciones uniprovinciales, aglutina a más de 300 asociaciones territoriales y representa a más de 200.000 familias. Nuestra actividad principal consiste en ser portavoces y los defensores de las Asociaciones de Familiares de Personas con Alzheimer y otras Demencias (AFAs) en España.

El Alzheimer es una prioridad que afecta a todos los órdenes de la sociedad. A diferencia de otras enfermedades, ésta no sólo no se ha conseguido frenar, sino que sus efectos son cada vez más perversos a nivel sanitario, social, personal, familiar, económico, laboral/profesional, investigación, cultural, político, etc, si bien, y tal y como se explica en el artículo de portada, la tecnología diagnóstica ha producido importantes avances.

Hasta hace poco, se hablaba de que en nuestro país había unas 800.000 personas afectadas. Aunque no existe unanimidad entre la comuni-

dad científica acerca de estos datos, sí hay un acercamiento de posturas en cuanto a la prevalencia de esta patología, que puede establecerse en torno al 7% de las personas mayores de 65 años y al 50% de los mayores de 80 años.

Además, el Alzheimer incide también sobre el conjunto de la unidad familiar, por lo que la cifra de afectados podría situarse cerca de los seis millones de personas.

Con respecto al coste anual, un estudio elaborado por la Confederación en 2004, actualizado recientemente, establece que, de media, asciende a unos 30.000 euros, por lo que no hay más que multiplicar por el número de familias, resultando la cifra de 45.000 millones de euros,

entre costes directos e indirectos.

Ante este panorama, el de una enfermedad que a día de hoy no tiene cura ni solución (cronificación, por ejemplo), CEAFA, como entidad representativa del colectivo Alzheimer, lleva varios años reclamando la puesta en marcha de una política de Estado, aspiración que ahora comienza a dar sus frutos gracias a la iniciativa de varios grupos liderados por la Administración.

Con la colaboración de:

farmaindustria



ODONTOLOGÍA

Dientes para toda la vida

MARTA SATORRES

Cirujana de
Clínica Puyuelo

Tal y como indican numerosos estudios, la esperanza de vida en nuestra sociedad es cada vez mayor, entre otros aspectos, la conservación de la función masticatoria está directamente relacionada. Hoy en día el cuidado de nuestra higiene bucodental es superior a la de antaño, y cada vez es más común ver la reposición de los dientes naturales perdidos a lo largo de nuestras vidas por implantes dentales. Éstos permiten conservar una función masticatoria óptima que favorece nuestra alimentación y que a su vez contribuye a mantener la imagen social.

¿Pero cómo reponemos los dientes? En todos los casos, si tratamos dientes naturales viables, los tallamos y colocamos los llamados "puentes". En caso contrario, y antes de existir los implantes, solamente se podían utilizar las prótesis removibles, parciales o completas, que no representaban la solución óptima para la reposición de los dientes, pues no reproducían la dentición natural.

Actualmente, en Clínica Puyuelo (www.clinicapuyuelo.es) podemos reponer un solo diente con un implante, dos dientes con dos implantes y a partir de tres no son necesarios tantos implantes. Tanto es así que podemos reemplazar toda la dentición del maxilar superior de un paciente con tan solo seis implantes. Son necesarios cinco si se trata de la dentición de toda la mandíbula. También tenemos las llamadas sobredentaduras que se fijan sobre cuatro implantes en el maxilar superior y dos o tres en la

Hoy en día podemos reponer los dientes naturales perdidos con la implantología de una forma eficaz

mandíbula. Aunque son prótesis que el paciente puede y debe quitarse para limpiarlas, representan una solución eficiente que da estabilidad a la prótesis, una buena calidad de vida y que resta complejidad al tratamiento.

Resumiendo, la odontología ha experimentado una gran evolución en los últimos 30 años y hemos pasado de poder realizar tratamientos útiles pero con limitaciones a poder ofrecer tratamientos más novedosos, que ofrecen muy buenos resultados y proporcionan un gran confort al paciente.

SABOR CON SALUD

La hipertensión arterial

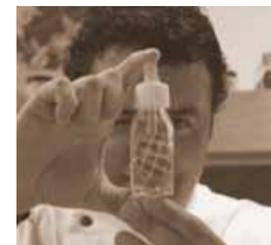
La hipertensión arterial (HTA) es una enfermedad que en España afecta al 40% de la población adulta. Es un aumento de la presión sanguínea en el interior de las arterias por encima de 140/90 mmHg, siendo los niveles óptimos por debajo de 120/80 mmHg. La HTA no suele dar síntomas, lo que dificulta su diagnóstico. Solo en el 10% de los casos se le puede atribuir una causa. En el 90% restante el origen es desconocido y no puede curarse, solo se puede controlar siguiendo un tratamiento de por vida. Éste consiste en unas medidas generales, principalmente reducir el sobrepeso, disminuir aporte de sal, dieta

baja en grasas, consumo abundante de frutas y verduras, abstención del tabaco y moderación en consumo de alcohol, todo ello debe ir acompañado de un actividad física regular. Frecuentemente, se necesita un tratamiento con medicamentos antihipertensivos de los que existen varios grupos farmacológicos. Alrededor de un 50% del los pacientes tratados necesitan la combinación de 2 o más fármacos para conseguir un buen control tensional.

Joaquim Massó Asencio

Lluís Asmarats Mercadal

Especialistas en medicina interna



Mikel Peinador

Castell Arnau

www.castellarnau.com

Besugo al horno con sanfaina de sepia, parmentier de coliflor con salteado de verduras naturales

Ingredientes para cuatro personas:

-Besugo de 800 g.

-80 g de cebolla

-80 g de pimiento verde

-80 g de pimiento rojo

-80 g de calabacín

-80 g de berenjena

-100 g de tomate maduro

-200 g de sepia limpia

-400 ml de nata para cocinar

-200 g de coliflor

-50 g de patata

-20 g de mantequilla sin sal

-patata baby

-tomate cereza

-mini zanahoria

-espárrago triguero

-cebollitas

-setas



PREPARACIÓN.

Sanfaina. 1.-Cocinar la cebolla con el pimiento rojo y verde, añadir la sepia y cuando esté tierna acabar con el calabacín, la berenjena y los dados de tomate sin piel ni pepitas.

Parmentier de coliflor. 2.-Cocer en la nata, la coliflor con la patata, turbinar añadiendo la mantequilla poco a poco.

Hervir las verduras por separado, saltearlas con aceite y mantequilla.

PRESENTACIÓN. 3.-Dorar los lomos de besugo por la parte de la piel terminando la cocción en el horno.

Emplatado el besugo con la sanfaina con la guarnición y la parmentier de coliflor.

LA PASTISSERIA BARCELONA

Per les FESTES NADALENQUES ofereix als seus clients un extens assortiment de TORRONS, TRONCS, TORTELLS DE REIS, COQUES SALADES, DOLCES TENTACIONS...

2014

Josep Mª Gueraña, Campió del Món Fany 2011

Carrer Aragó 228, Barcelona, tel.: 93 451 84 01 www.lapastisseriabarcelona.com