

PLAN NACIONAL DE PREVENCIÓN DE LA DEPRESIÓN

Psicoeducación¹ y subvención de tratamientos para el "stress"

Todos los días martes a las 19:00 horas se dan cita algunos ciudadanos en la Asociación Cristiana de Jóvenes (en la calle Colonia en Montevideo frente al Banco de Previsión Social) con el objetivo de obtener información sobre lo que son la ansiedad, la angustia, el stress, el ataque de pánico y por supuesto "los bajones" o sea las depresiones.

En estas reuniones, que se realizan en el marco Institucional de el Programa Nacional de Prevención de la Depresión. La Fundación Cazabajones (de aquí en más la FC), organiza un Foro permanente y gratuito de Psoeducación de la Depresión.

Estas reuniones están dirigidas al público en general, a familiares y amigos de personas con depresión; así como también a eventuales personas que sospechen que estén pasando por un episodio de máximo stress o de depresión.

DIAGNÓSTICO GRATUITO

La FC aplica a quienes así lo deseen un cuestionario anónimo de 20 preguntas. Este cuestionario es un instrumento usado en atención primaria por la organización mundial de la salud. (OMS) y el mismo tiene

una confiabilidad de casi 90 %.

PLAN DE SUBVENCIÓN DE CONSULTAS

Por medio de un Convenio organizado entre la FC y GAMMA Internacional S.A., 80 % del costo de la consulta diagnóstica y terapéutica (consultas de 30 minutos de duración), está subvencionado por un acuerdo de Marketing Social celebrado entre las autoridades de ambas instituciones.

Se obsequiarán una primera edición de 1000 "Bonos Prevención", de \$ 180 cada uno a las personas que así lo solicitaren.

Pedro Bustelo - FUNDACIÓN CAZABAJONES - Eduardo Acevedo 1494 apto. 101 - Esquina Avda. 18 de Julio - Teléfonos: 400 2898 y 403 1235 - Horario continuo de



Dr. Pedro Bustelo

9:00 a 20:00 - (frente a la Universidad de la República)

¹ La Psicoeducación consiste en que los técnicos que brindan estas áreas, comuniquen con habilidad y fluidez una serie de conocimientos científicos (salud mental basada en la evidencia), en forma sencilla y evitando usar un lenguaje técnico.

Falta de sueño y accidentes

La falta de un adecuado descanso nocturno aumenta siete veces la probabilidad de sufrir un accidente de tráfico. Los especialistas consideran que hay que superar el bajo nivel de diagnóstico de la apnea del sueño, que afecta a más de un millón de españoles.

La falta de un adecuado descanso nocturno y su consecuente somnolencia aumenta siete veces la probabilidad de sufrir un accidente de tráfico, lo que sitúa a los trastornos del sueño casi al mismo nivel de peligrosidad que el abuso del alcohol, según ha alertado la Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (SEPAR).

Entre el grupo de trastornos que impiden un descanso correcto, uno de los más comunes y de los que peores efectos tienen en la conducción es la apnea del sueño, que afec-

ta al 2 por ciento de las mujeres y el 4 por ciento de los hombres, es decir, a más de un millón de españoles.

Así, los especialistas creen que uno de los problemas a superar para que exista un mayor grado de concienciación es el bajo nivel de diagnóstico de la enfermedad, ya que en España apenas llegan al 15 por ciento los pacientes que se reconocen como tales y se someten a tratamiento.

En concreto, consideran que como los afectados no se dan cuenta

de las apneas habría que reparar en los síntomas (somnolencia o cansancio matutino reiterados, dolor de cabeza al despertar, incapacidad de mantenerse despierto en situaciones de riesgo) como mejor motivación para sopesar la conveniencia de realizar una consulta al especialista.

"El afectado cree haber dormido bien pero en realidad se produce un sueño discontinuo porque el organismo se ve obligado a reaccionar para poner fin a cada apnea, ya que de otro modo la ausencia de oxigenación sería incompatible con la vida", ha explicado el doctor Antonio Jiménez, miembro del grupo de trabajo de trastornos del sueño de la SEPAR.

FUENTE: Propia.

Grupo de Estudios de las Osteopatías de la S.U.R.

En los días 16 y 17 de mayo se realizó la primera Jornada GEOSUR, fundamentalmente dirigida a brindar un espacio a todos las sociedades científicas y especialistas que desarrollan investigación en relación a la Osteoporosis.



Así hemos contactado con distintas sociedades que han generado trabajos científicos, y planes de Prevención en distintos ámbitos que han colaborado con estas presentaciones. Se ha desarrollado un esfuerzo más en el conocimiento de variados aspectos vinculados a optimizar los diagnósticos y tratamientos de estos pacientes.

Pese a las dificultades para la financiación, hemos contado con apoyo racional desde una industria atenta a sustentar el desarrollo de las actividades científicas.

DR. JOSÉ LUIS MANSUR

En esta jornada el invitado fue el Dr. José Luis Mansur (Argentina), eminente endocrinólogo con gran experiencia en densitometría, técnica de estudio de la osteoporosis.

El Dr. Mansur ofreció dos conferencias acerca de la validez actual de la densitometría y el rol que cumple dicha técnica de estudio en el monitoreo de los tratamientos de la Osteoporosis. Esta temática despertó enorme interés ya que la expe-

riencia del acreditado investigador, adelantaba una exposición de trascendente jerarquía científica.

Los aportes de los coterráneos distinguieron también la jornada, contando con múltiples representantes de todas las especialidades convocadas. Razones de tiempo y espacio nos impiden externos sobre el tema, así como mencionar a aquellos distinguidos colegas que participaron con aportes realmente significativos.

Como información para los colegas adelantamos que muy próximamente en el Correo Reumatológico del SUR serán editadas muchas de las experiencias nacionales.

Desde El Diario Médico en otras ediciones, intentamos transmitir al cuerpo médico nacional en qué orientaciones están las sociedades científicas en un tema común como las osteopatías, fundamentalmente la Osteoporosis, y las experiencias propiamente nacionales que consideramos debemos hacer conocer. Dr. Jaime Hernández Martínez.

SERALÚ
Sera...
Inter...
F...
F...
F...