

# vihda

**Dengue, Zica y Chikungunya.** Enfermedades que transmiten los mosquitos **Cáncer de próstata.** Lo que los hombres deben saber **La farmacia de Helios.** Entrevista al equipo de una de las áreas más demandadas.



**Valeria Lynch**

**“La vida está hecha de sueños e ilusiones”**

# MIVUTEN®

Primera combinación  
en dosis fija de  
**Lamivudina + Tenofovir DF**

**1**  
TOMA  
DIARIA



- > Tratamiento incluido en el Consenso de la SADI (1) y en las principales guías internacionales (2, 3)
- > Estudio de Farmacocinética Comparada realizado según resoluciones internacionales (4, 5) y aprobado por ANMAT (6)
- > Producto intercambiable con TDF + FTC (1, 2, 7, 8)



**Ayudamos a vivir más y mejor**

Elcano 4938 (C1427CIU), Buenos Aires – Tel. 5555-1600  
info@richmondlab.com.ar – www-richmondlab.com.ar

NUEVO

Tenofovir + Emtricitabina

es

REMIVIR

 REMIVIR

TENOFOVIR  
DISOPROXIL + EMTRICITABINA  
FUMARATO 200 mg  
300 mg

x 30 comprimidos recubiertos

#### Línea HIV

**3TC/AZT Elea** // Lamivudina 150 mg + Zidovudina 300 mg x 60 comprimidos

**Nevirapina Elea** // Nevirapina 200 mg x 60 comprimidos

**Abacavir Elea** // Abacavir 300 mg x 60 comprimidos

**Tenofovir Elea** // Tenofovir 300 mg x 30 comprimidos

Para mayor información diríjase a Laboratorio Elea (Dirección Médica)  
Tel.: 4379-4300 - 0800-999-2495 / Visite nuestra página web: [www.elea.com](http://www.elea.com)

**ELEA**

AHORA APROBADO  
EN ARGENTINA

  
**EVOTAZ™**

atazanavir 300 mg  
cobicistat 150 mg



**Bristol-Myers Squibb**

EVOTAZ™ es una marca de Bristol-Myers Squibb Company  
Especialidad medicinal autorizada por el Ministerio de Salud.  
Certificado N°: 57.833

Av. Libertador 77/101, piso 6°, (B1638BDA) - Vicente López,  
Provincia de Buenos Aires, República Argentina. [www.b-ms.com.ar](http://www.b-ms.com.ar)  
Tel.: 0800 666 1179. Correo electrónico: [infomedicalatam@bms.com](mailto:infomedicalatam@bms.com). [www.b-ms.com.ar](http://www.b-ms.com.ar)

1391AR16PR03940-01

# Recambio

Un nuevo otoño representa un nuevo ciclo, un recambio. Los árboles descansarán hasta que llegue la primavera y el frío se apoderará de la ciudad. Vienen días de estar más en casa, cerca de la estufa, días de sopas y té calientes. Cada estación tiene su sentido de ser y más en estas latitudes. Estar más en el interior de los hogares puede ser una excelente excusa para reencontrarse con uno mismo. Siempre un espacio de relax y calidez invita a reflexionar. En estos tiempos de dependencia al celular, a la tecnología, hay que permitirse la introspección. Parar, descansar, para recuperarse y luego seguir. La naturaleza es sabia, no florece ni da frutos en invierno, descansa, se protege y luego trabaja y da lo mejor de ella. Conectémonos con la naturaleza de la que somos parte en esta Tierra y regulemos nuestras energías, para luego, en primavera, florecer una vez más.

## staff

**Fundación Helios Salud**  
 Sucre 1525, C.A.B.A.  
 tel. 4363-7400 int 7477  
 info@fundacionhelios.org.ar  
 www.fundacionhelios.org.ar

**Directora**  
 Isabel Cassetti

**Coordinadora Médica**  
 Mara Huberman

**Coordinación General**  
 Sebastián Acevedo Sojo

**Comercial**  
 Sebastián Acevedo Sojo

**Coordinadora Institucional**  
 Rita Tabak

**Colaboran en este número**  
 Dra. Eliana Daffinoti  
 Dr. Daniel Ekizian

**Edición Periodística**  
 Tamara Herraiz  
[tamaraherraiz@gmail.com](mailto:tamaraherraiz@gmail.com)

**Diseño y Fotografía**  
 Jimena Suárez  
[www.quieromoda.com](http://www.quieromoda.com)

# Sumario

4

Novedades

**Ultimos avances en estudios sobre VIH**

12

Perfiles

**Entrevista a Valeria Lynch  
“La vida está hecha de sueños e ilusiones”**

20

Prevención

**Estas son las enfermedades que transmiten los mosquitos**

26

Prevención

**Cáncer de próstata: lo que los hombres debemos saber**

30

Historias de Consultorio  
**EL SIDA en la tercera edad**

36

Entrevista

**“La seguridad del paciente debe ser atendida  
como un determinante en su salud”  
Equipo de Farmacia de Helios Salud**

42

Psicología

**5 momentos únicos que ninguna persona olvida**

44

Turismo

**El hotel donde se puede convivir con las jirafas**

48

Agenda



**CENTRO INTEGRAL DE ATENCIÓN  
MÉDICA INFECTOLÓGICA**



✓ **CONSULTORIOS INFECTOLÓGICOS**

✓ **ATENCIÓN INTEGRAL AL PACIENTE VIH**



✓ **LABORATORIO**

✓ **VACUNAS PARA ADULTOS**



✓ **HOSPITAL DE DÍA Y ENFERMERÍA**

✓ **ÁREA PSICOSOCIAL**



✓ **ACCIDENTES CORTO-PUNZANTES**

✓ **HISTORIA CLÍNICA ELECTRÓNICA**

PRIMERA INSTITUCIÓN CERTIFICADA EN EL  
ÁREA DE SALUD POR GS1 EN ARGENTINA



**CASA CENTRAL:** PERÚ 1511/15 (C.A.B.A.)

**SEDE BELGRANO:** SUCRE 1523/25 (C.A.B.A.)

**SEDE FLORES:** CARABOBO 825 (C.A.B.A.)

**TELÉFONOS:**

C.A.B.A. Y GBA: **[011] 4363 7400 / 7499**

DESDE EL INTERIOR: **0810 333 7048**

RED DE PRESTADORES EN TODO EL PAÍS

WWW.HELIOSSALUD.COM.AR

facebook/HeliosSaludArg

## Novedades 2017

## ULTIMOS AVANCES EN VIH Y VACUNACIÓN

Los estudios realizados recientemente han descubierto potenciales mejoras para la calidad de vida de los pacientes con VIH. En tanto, se incorporó en el Calendario Nacional, la vacuna contra VPH en los varones.

Por Dra. Mara Huberman, médica Infectóloga Helios Salud



### El déficit de vitamina D reduciría la efectividad de los tratamientos contra el colesterol en personas con VIH

Dicha carencia también favorecería la aparición de dolores musculares

Los estudios publicados en AIDS y Journal of Acquired Immune Deficiency Syndromes han concluido que el déficit de vitamina D en personas con VIH favorecería la aparición de dolores musculares y disminuiría la efectividad de las estatinas, fármacos que se utilizan habitualmente para reducir los niveles de colesterol.

Las estatinas son fármacos ampliamente recetados para reducir los niveles de colesterol LDL (el colesterol "malo") y, de este modo, disminuir el riesgo cardiovascular. En personas con VIH es frecuente la presencia de niveles elevados de LDL colesterol, ya sea como consecuencia de algunos antirretrovirales y/o de la propia infección por el VIH. El aumento de LDL es considerado un factor de riesgo para el desarrollo de eventos cardiovasculares.

El uso de estatinas en el contexto de la infección por el VIH no solo logra regular los niveles de colesterol LDL y reduce, en consecuencia, el riesgo cardiovascular, sino que algunos estudios han mostrado su capacidad para revertir la progresión de enfermedades cardiovasculares, de prevenir la progresión de la enfermedad hepática en personas con el VIH y el virus de la hepatitis C (VHC) e incluso de reducir el riesgo de padecer cáncer.

Para explorar los beneficios de las estatinas en el contexto de la infección por el VIH se puso en marcha el estudio SATURN-HIV, diseñado para medir los efectos del fármaco

de la familia de las estatinas conocido como rosuvastatina sobre la activación inmunitaria y el sistema vascular en personas con VIH y carga viral menor a las 1.000 copias/mL. El estudio también evaluó el impacto de la toma de rosuvastatina sobre los niveles de vitamina D. Cabe destacar que el déficit de vitamina D es común en el contexto de la infección por el VIH, aunque se desconoce el mecanismo por el cual se produce.

SATURN-HIV incluyó a 147 personas, que fueron distribuidas aleatoriamente a recibir rosuvastatina (10mg diarios) o placebo durante 96 semanas. El 78% de los participantes eran hombres, y el promedio de edad era de 45 años. Al momento de la inclusión, los participantes se encontraban en bajo riesgo de padecer una enfermedad cardiovascular (puntuación promedio según la escala de Framingham de 5) y, en condiciones rutinarias, no serían candidatos a recibir estatinas ya que sus niveles de colesterol LDL (el colesterol "malo") y HDL (el colesterol "bueno") se encontraban dentro de la normalidad.

El 53% de los participantes tenían déficit de vitamina D al inicio del estudio y el 13% presentaban déficit grave. El 86% del total de participantes tenían niveles por debajo de los considerados adecuados.

De forma destacable, las personas que tomaron rosuvastatina y al inicio del estudio no tenían déficit de vitamina D presentaron mayores reducciones de los niveles de colesterol LDL que aquellas personas con déficit de dicha vitamina al inicio del estudio. La toma de rosuvastatina no produjo incrementos en los niveles de vitamina D, por lo que el mecanismo que hace que la vitamina D favorezca la acción de la rosuvastatina, es desconocido.

Referencia: Calza L et al. Significant association between statin-associated myalgia and vitamin-D deficiency among treated HIV-infected patients. AIDS, advance online publication, January 2017.

### Un programa piloto evalúa la vacunación frente al virus del papiloma humano (HPV) en hombres que tienen sexo con hombres (MSM) en el Reino Unido

La intervención, que incluye también a mujeres transexuales y otros MSM de hasta 45 años, se vehiculiza a través de clínicas de salud sexual

Un programa piloto que está siendo desarrollado en Inglaterra (Reino Unido) ha gestionado ya la administración de 15.000 vacunas tetravalentes frente al virus del papiloma humano (VPH) en mujeres transexuales, y hombres que practican sexo con hombres (MSM).

El Reino Unido al igual que otros países europeos, solo contempla la administración de vacunas frente al VPH en mujeres adolescentes para prevenir el cáncer de cuello de útero, a pesar de que varios estudios han evidenciado su capacidad de prevenir las verrugas genitales y el cáncer anal en MSM.

No obstante, algunos aspectos relativos a recomendar la vacunación para el VPH a todos los hombres que tienen sexo con hombres son aún controvertidos, ya que la eficacia de la vacuna (tanto en hombres como en mujeres) decae una vez la persona ya ha iniciado su vida sexual.

La vacuna tetravalente protege frente a los subtipos de bajo riesgo 6 y 11 (que causan más del 90% de las verrugas genitales) y

Novedades 2017

frente a los subtipos de alto riesgo 16 y 18 del VPH (que provocan alrededor del 70% de los cánceres de cuello de útero, vagina y vulva en mujeres y el 90% de los cánceres asociados al HPV en hombres). El VPH causa en hombres el 80-85% de los casos de cáncer anal, el 50% de los de cáncer de pene y el 36% de aquellos de boca y garganta.

En noviembre de 2015, la Comisión Mixta para la Vacunación e Inmunización (JCVI, en sus siglas en inglés), un comité de expertos independiente del Reino Unido, recomendó, sobre la base de criterios de costo-efectividad, la administración de la vacuna tetravalente a hombres MSM de hasta 45 años de

edad. En casos determinados (como, por ejemplo, trabajadores sexuales) se podría considerar administrar la vacuna aunque la persona se encuentre fuera del rango de edad establecido.

Un estudio reciente evidenció que hasta el 50% de los MSM de edades comprendidas entre los 18 y los 25 años presentaría infección por subtipos de VPH de alto riesgo en su mucosa anal.

Referencia: PHE. Briefing on perception and experience of the initial months of the pilot HPV vaccination programme in gay men. 17 January 2017. Puedes descargar documentación de apoyo - Calendario nacional de vacunación 2016. Ministerio de salud de la nación. [www.msal.gov.ar](http://www.msal.gov.ar)

El Ministerio de Salud incorporó la vacunación contra VPH en varones al Calendario Nacional

La medida adoptada que se implementará a partir de 2017 busca reducir la incidencia y mortalidad por cáncer cérvico uterino en mujeres así como el desarrollo de enfermedades asociadas al virus del papiloma humano en varones.

Con el objetivo de disminuir la incidencia y mortalidad por cáncer cérvico uterino en mujeres y reducir el riesgo de desarrollo de enfermedades asociadas al virus del papiloma humano (VPH) en varones, el Ministerio de Salud de la Nación resolvió incorporar al Calendario Nacional de Vacunación la inmunización contra VPH para los varones de 11 años nacidos a partir de 2006, que se suman a las mujeres de la misma edad nacidas a partir del año 2000.

Para ambos grupos, el esquema consiste en 2 dosis cuya diferencia de aplicación debe ser de 6 meses.

La decisión de integrar la vacuna contra el VPH para varones de 11 años al Calendario Nacional es una medida costo-efectiva para disminuir la incidencia y mortalidad por cáncer cervical teniendo en cuenta que las coberturas en niñas son menores al 70 por ciento; que los varones pueden contraer el VPH y desarrollar otras enfermedades asociadas al virus, como el cáncer de pene, de ano y de boca, o verrugas genitales; y que esta vacuna otorgaría beneficio adicional al prevenirlas en esta población.

A su vez, la incorporación de la vacunación contra VPH en varones tendrá un impacto indirecto en la disminución de la enfermedad en las mujeres, al disminuir la prevalencia de circulación del virus.

Por otro lado, el Ministerio de Salud de la Nación, lanzó en septiembre pasado una campaña junto a todas las jurisdicciones del país para completar el esquema de vacunación contra el VPH en todas las niñas nacidas a partir del año 2000 que hubieran iniciado la inmunización o que aún no hubieran accedido a la vacuna. Completar dicho esquema de vacunación constituye un factor clave para que la vacuna contra el VPH sea efectiva en la prevención del cáncer cérvico uterino, enfermedad que tiene mayor impacto en las mujeres socioeconómicamente más vulnerables.

En la Argentina, cada año se diagnostican 5000 casos de cáncer cervical y 1800 mujeres mueren por esta causa. La infección persistente por el VPH es el causante del 100 % de los casos de cáncer.

Referencia: Ministerio de Salud de la Nación [www.msal.gov.ar](http://www.msal.gov.ar)

El Estado Nacional garantiza **VACUNAS GRATUITAS** en centros de salud y hospitales públicos de todo el país

### CALENDARIO NACIONAL DE VACUNACION

Edad	BCG (1)	Hepatitis B HB (2)	Neumococo Conjugado (3)	Quintuple Pentavalente DTP-HB-Hib (4)	Polio IPV (5) OPV (6)	Rotavirus (7)	Meningococo (8)	Gripe (9)	Hepatitis A HA (10)	Triple Viral SRP (11)	Varicela (12)	Cuádruple o Quintuple Pentavalente DTP-Hib (13)	Triple Bacteriana Calabar DTP (14)	Triple Bacteriana Acalabar dTpa (15)	Virus Papiloma Humano VPH (16)	Doble Bacteriana dt (17)	Doble Viral SR SRP (18)	Fiebre Amarella FA (19)	Fiebre Hemorrágica Argentina FHA (20)
<b>Recién nacido</b>	única dosis (A)	dosis neonatal (B)																	
<b>2 meses</b>			1ª dosis	1ª dosis	1ª dosis	1ª dosis (D)													
<b>3 meses</b>										1ª dosis									
<b>4 meses</b>			2ª dosis	2ª dosis	2ª dosis	2ª dosis (E)													
<b>5 meses</b>																			
<b>6 meses</b>				3ª dosis	3ª dosis														
<b>12 meses</b>			refuerzo							única dosis	1ª dosis								
<b>15 meses</b>											única dosis								
<b>15-18 meses</b>						1ª refuerzo					1ª refuerzo								
<b>18 meses</b>																			1ª dosis (I)
<b>24 meses</b>																			
<b>5-6 años (ingreso escolar)</b>						2ª refuerzo													
<b>11 años</b>									única dosis						refuerzo	2 dosis (N)			refuerzo (M)
<b>A partir de los 15 años</b>										iniciar o completar esquema (J)									única dosis (N)
<b>Adultos</b>																refuerzo cada 10 años			iniciar o completar esquema (J)
<b>Embarazadas</b>														una dosis (O)					
<b>Puerperio</b>																			iniciar o completar esquema (J)
<b>Personal de salud</b>														una dosis (K)					iniciar o completar esquema (J)

(1) BCG - Saborit (Forma Inactiva)  
 (2) HB - Hepatitis B  
 (3) Neumococo Conjugado (Polisacárido) Difitec, Titeron, Sanofi-Sintelabo  
 (4) DTP-HB-Hib (Quintuple Pentavalente) Difitec, Titeron, Sanofi-Sintelabo  
 (5) IPV - Virus Poliovirus Inactivado  
 (6) OPV - Virus Poliovirus Oral  
 (7) Rotavirus  
 (8) Meningococo  
 (9) Gripe  
 (10) HA - Hepatitis A  
 (11) SRP - Triple Viral (Sarampión, Rubéola, Paperas)  
 (12) Varicela  
 (13) DTP-Hib (Cuádruple o Quintuple Pentavalente) Difitec, Titeron, Sanofi-Sintelabo  
 (14) DTP-Hib (Triple Bacteriana Calabar) Difitec, Titeron, Sanofi-Sintelabo  
 (15) DTP-Hib (Triple Bacteriana Acalabar) Difitec, Titeron, Sanofi-Sintelabo  
 (16) VPH - Virus Papiloma Humano  
 (17) dt (Doble Bacteriana) Difitec, Titeron, Sanofi-Sintelabo  
 (18) SR (Doble Viral) Sarampión, Rubéola  
 (19) FA (Fiebre Amarela)  
 (20) FFA (Fiebre Hemorrágica Argentina)

(A) Antes de ingresar a la maternidad.  
 (B) En los primeros 12 meses de vida.  
 (C) Inmunización Universal. Si no hubiera recibido el esquema completo, deberá completarlo. En caso de tener que iniciar, aplicar 1ª dosis, 2ª dosis al mes de la primera y 3ª dosis a los seis meses de la primera.  
 (D) Si se aplica antes de los 6 meses de vida, debe aplicarse a los 6 meses y a los 12 meses.  
 (E) Si se aplica antes de los 6 meses de vida, debe aplicarse a los 6 meses y a los 12 meses.  
 (F) Debe aplicarse en la primera dosis de la vacuna.  
 (G) Debe aplicarse en la primera dosis de la vacuna.  
 (H) Debe aplicarse en la primera dosis de la vacuna.  
 (I) Si se aplica antes de los 6 meses de vida, debe aplicarse a los 6 meses y a los 12 meses.  
 (J) Si se aplica antes de los 6 meses de vida, debe aplicarse a los 6 meses y a los 12 meses.  
 (K) Si se aplica antes de los 6 meses de vida, debe aplicarse a los 6 meses y a los 12 meses.

Para más información: 0-800-222-1002 [salud.gov.ar](http://salud.gov.ar)

COBERTURA UNIVERSAL de SALUD  
 Ministerio de Salud  
 Presidencia de la Nación

RECOMENDACIONES NACIONALES : En nuestro país la vacuna para el VPH está incluida en el calendario nacional de inmunizaciones. Inicialmente comprendía solo a las niñas (11 años) y recientemente se ha implementado la cobertura también para los varones de 11 años (2 dosis separadas por intervalo de 6 meses). Las personas con VIH pueden vacunarse, y se recomienda la vacunación de hombres y mujeres hasta los 26 años. Es posible que en un futuro, estas recomendaciones sufran nuevas modificaciones, en base a nuevas evidencias sobre eficacia y seguridad en población adulta mayor de 26 años y dependiendo grupos poblacionales y exposición de riesgo.

## Un nuevo ensayo clínico comparará Truvada (Tenofovir/emtricitabina) con inyecciones de cabotegravir como profilaxis preexposición frente al VIH

Se incluirán 4.500 participantes que recibirán seguimiento durante más de 4 años

Los Institutos Nacionales de Salud de EE.UU (NIH, en sus siglas en inglés), en colaboración con el laboratorio ViiV Healthcare, han iniciado un estudio que comparará el uso de inyecciones bimestrales del fármaco en investigación cabotegravir con tomas diarias por vía oral de tenofovir-TDF/emtricitabina (Truvada®) como profilaxis preexposición frente al VIH (PrEP, en sus siglas en inglés).

El estudio, llamado HPTN 083, incluirá a un total de 4.500 hombres que practican sexo con hombres (MSM) y mujeres transexuales atendidos en 45 centros de 8 países de América, Asia y África. Las personas incluidas deberán tener más de 18 años y hallarse en alto riesgo de adquirir la infección por el VIH. El estudio durará hasta el año 2021.

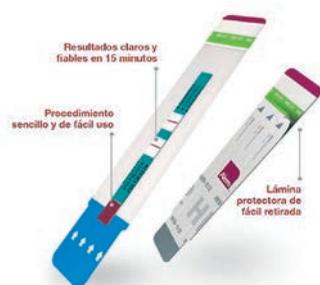
Los participantes serán distribuidos de forma

aleatoria para recibir cabotegravir o Truvada® y ni los participantes ni los investigadores sabrán a qué grupo han sido asignados hasta el final del estudio (lo que se conoce como diseño a doble ciego).

Cada participante estará en el estudio un promedio de 4,5 años. Durante las primeras cinco semanas posteriores a la inclusión, los participantes recibirán dos comprimidos diarios: uno de cabotegravir o Truvada® y otro de placebo.

La implementación de la profilaxis pre exposición con tenofovir/emtricitabina ha demostrado, disminuir el riesgo de contraer la infección, en personas con exposiciones de riesgo, siempre y cuando la adherencia sea elevada. Es decir funciona si se toma el comprimido correctamente y no se pierden dosis.

La posibilidad de contar con una droga de administración intramuscular y que solo requiera 1 dosis cada 2 meses podría ser una alternativa atractiva para aquellas personas que quieren disminuir el riesgo de infección y no pueden cumplir con las pautas orales. Habrá que esperar los resultados de este y otros estudios para conocer su eficacia y seguridad antes de recomendar su uso.



## Testeo rápido para VIH

Los estudios realizados en Helios Salud son CONFIDENCIALES, VOLUNTARIOS Y GRATUITOS

Hacete el **testeo gratuito** en las siguientes sucursales:

Fundación Helios - Helios Salud  
BELGRANO: Sucre 1525  
SAN TELMO: Perú 1511  
FLORES: Carabobo 825  
BARRIO NORTE: Salguero 2835



Lunes a Jueves de 8 a 17 hs, sin turno



## 8° SIMPOSIO INTERNACIONAL HIV "UNA PUESTA AL DIA"

JUEVES 5 Y VIERNES 6 DE OCTUBRE  
PREDIO FERIAL DE LA RURAL – JUNCAL 4431

Contará con la participación de los principales referentes en tratamiento de la problemática del **HIV/SIDA** en la Argentina y del ámbito internacional.

Dirigida a médicos infectólogos, clínicos, psicólogos, pediatras y profesionales de la salud interesados en el tema del **HIV/SIDA** e infecciones en general.

Los coordinadores del Simposio son el Dr. Daniel Stamboulian y la Dra. Isabel Casseti.

LE AGRADECEREMOS SU PARTICIPACIÓN EN EL EVENTO

[info@fundacionhelios.org.ar](mailto:info@fundacionhelios.org.ar) | 4363-7477/78



## Novedades

# UN REPASO DEL 2016 EN NOTICIAS

**Una selección de las noticias que han sido temas claves en 2016 y lo seguirán siendo en 2017: Nuevos posibles casos de curación, mejoras en la calidad de vida de las personas con VIH y el avance en nuevas estrategias de prevención.**

### Se inicia un proyecto para desarrollar una terapia génica contra el VIH

Un consorcio público-privado formado por 4 entidades españolas iniciará un proyecto financiado con cerca de 1 millón de euros con el fin de desarrollar una terapia que permita modificar genéticamente los linfocitos CD4 de las personas infectadas por el VIH y, de esta manera, impedir que el virus penetre en estas células. Los investigadores se muestran esperanzados porque esta modificación (consistente en la eliminación del correceptor CCR5 de la superficie de los linfocitos CD4, algo que no tiene ningún efecto sobre la función de estas células) permita conseguir una alteración permanente del sistema inmunitario de forma que sea resistente a la infección por el VIH, lo que podría conllevar la cura funcional de la infección.

### Tasas de curación de la hepatitis C superiores al 90% en coinfectados por el VIH

Según diversos estudios, más del 90% de las personas coinfectadas por el VIH y el virus de la hepatitis C (VHC) –muchas de las cuales ya tenían cirrosis hepática– que fueron tratadas con antivirales de acción directa (DAA) habrían logrado curarse de su infección hepática. Estos resultados ponen de relieve los excelentes resultados que ofrecen los DAA también en el caso de personas coinfectadas por el VHC y el VIH. No obstante, las personas con descompensación hepática mostraron una peor respuesta luego del tratamiento con dichos medicamentos, un dato que señala la necesidad de tratar la hepatitis C antes de que esta progrese a cirrosis hepática.

### Las nuevas formulaciones basadas en tenofovir alafenamida TAF mejoran el perfil renal y óseo comparadas con tenofovir convencional (TDF)

Según los resultados de un estudio de fase 3 y los resultados a la semana 48 de 2 estudios de fase 3b, los fármacos que contienen la nueva formulación de tenofovir (tenofovir alafenamida fumarato, [TAF]) presentarían una eficacia similar a la de los medicamentos basadas en la formulación de tenofovir convencional (tenofovir disoproxil fumarato [TDF]), pero con un mejor perfil de seguridad a nivel renal y óseo. El estudio de fase 3 –en el que se comparó el cambio de tenofovir-TDF y emtricitabina (Truvada®) por tenofovir-TAF y emtricitabina (Descovy®) en personas bajo tratamiento efectivo y estable– reveló la existencia de diferencias estadísticamente significativas en la densidad mineral ósea entre las personas que tomaban tenofovir-TAF y las que tomaban tenofovir-TDF, así como diferencias que favorecían

al tenofovir-TAF en estudios de función renal. En nuestro país aún no contamos con formulaciones que contengan TAF, de todas formas el tenofovir disoproxil fumarato sigue siendo una droga considerada de primera línea en el tratamiento antiviral y sus efectos adversos son infrecuentes y de fácil monitoreo.

### Mejorar la prevención para controlar la epidemia

Casi dos millones de nuevas infecciones anuales registradas a nivel mundial evidencian un estancamiento de la efectividad de las medidas y campañas de prevención.

**ONUSIDA, en colaboración con la Organización Mundial de la Salud (OMS), impulsaron en 2014 el denominado objetivo 90-90-90 que pretende que, para el año 2020, un 90% de las personas con el VIH conozca su diagnóstico, que un 90% de las personas diagnosticadas reciban tratamiento antirretroviral y que un 90% de los pacientes en tratamiento logren la supresión viral (carga viral indetectable).**

Sin embargo, hasta el momento, Suecia es el único país que ha alcanzado el objetivo 90-90-90.

Entre los factores clave que han facilitado este logro del país nórdico figuran el reducido tamaño de la epidemia en Suecia; la existencia de una legislación que obliga a médicos y laboratorios a notificar los nuevos diagnósticos (y a los pacientes a no abandonar el seguimiento médico); la derivación a centros de atención especializada con equipos multidisciplinarios; el acceso gratuito al tratamiento; y el elevado nivel de cumplimiento de las guías clínicas nacionales que, desde 2014, recomiendan el tratamiento antirretroviral a todos los pacientes.

## Datos de la República Argentina

En nuestro país, según los datos reportados en el boletín epidemiológico de 2016, viven aproximadamente **120.000 personas con VIH, de las cuales, el 30% desconoce su infección.**

Cada año se reportan 6000 nuevos casos, y esta cifra no ha disminuido en los últimos años.

La vía de transmisión, en el 90% de los casos fueron las relaciones sexuales sin protección, y la relación hombre /mujer es de 2/1, esto significa que por cada mujer que es diagnosticada, se diagnostican 2 hombres.

El promedio de edad de los pacientes notificados oscila entre los 32 y los 33 años, y más del 20% son mayores de 45 años.

Estos indicadores son de carácter nacional por lo que pueden variar entre las distintas provincias e incluso entre grandes y pequeñas ciudades dentro de una misma provincia. En base a estos datos, es fundamental implementar medidas que faciliten el acceso al testeo de toda la población, ya que de esta forma se podría reducir ese 30% de personas que tienen el virus pero no lo saben, permitir de esta forma el acceso precoz al tratamiento antirretroviral y disminuir la transmisión del virus.

Es sabido que una persona bajo tratamiento antirretroviral y que ha logrado la supresión virológica, es decir que mantiene su carga viral indetectable, tiene muchas menos posibilidades de transmitir el virus a su/sus parejas.

Para poder alcanzar la meta 90/90/90 se deberán garantizar el acceso al testeo y a la medicación.

Entrevista a Valeria Lynch

# “La vida está hecha de sueños e ilusiones”

Completa, multifacética, entusiasta de la vida y sumamente amable. Una mujer que a pesar de tantos logros, no deja de innovar.

Por Mónica Gardón Canella

Solo basta dar una mínima lectura a la biografía de Valeria Lynch para darse cuenta de que estamos frente a una entusiasta de la vida.

Consagrada. Multipremiada. Dirige 16 escuelas de Comedia Musical, produce sus propios espectáculos y lleva vendidos más de 15 millones de discos. Elegida por el New York Times entre las cinco mejores cantantes del mundo y por el famosísimo productor Harold Prince para protagonizar los musicales “Evita” y “El Beso de la Mujer Araña”, la lista de logros es increíble.

Más 2000 recitales en su haber y una serie de premios que incluyen el premio Grammy a la Excelencia Musical en Las Vegas, EEUU en 2014, y el triunfo en los certámenes importantísimos en Tokio, Miami, Chile y México, el Latin Award “Voz de Voces” (el Grammy Latino) en 1988, la Paloma de la Paz en Perú, dos Martín Fierro, y la Gaviota de Oro en el Festival de Viña del Mar, es difícil pensar qué puede faltarle a nivel profesional.

Dueña de las llaves de las Ciudades de Puerto Rico y Miami, y reconocida en 2010 como Personalidad Destacada de la Cultura de la Ciudad de Buenos Aires, es sin dudas la máxima exponente del musical en Argentina.



Completa, multifacética, entusiasta de la vida y sumamente amable, charlar con ella es una experiencia realmente enriquecedora. Porque a pesar de tantos logros, no deja de innovar. Amante de todas las disciplinas artísticas, disfruta tanto de los musicales, como de la actuación, atesora una especial devoción por la docencia y un gusto especial por la adrenalina que genera la televisión donde ha participado como actriz, conductora y jurado de muchos de los programas más vistos.

Hoy la vida la encuentra como siempre, activa, soñando, trabajando y con poco tiempo, pero mucha alegría.

**Basta con mirar una pequeña reseña de tu vida para concluir que cumpliste tantos sueños que para cualquiera sería difícil seguir soñando, ¿Cómo manejas eso?**

La vida está hecha de sueños e ilusiones. De eso se trata vivir. Si uno no tiene esperanzas deja de vivir. Se trata simplemente de eso y es algo que no siempre tiene que ver con lo artístico.

Estoy relacionada con la educación artística hace muchísimo tiempo y es una faceta de mi vida que me encanta. En nuestras escuelas de Comedia Musical formamos artistas desde hace 21 años. Abrimos un camino que luego siguieron otros y ya tenemos 16 sedes, de las cuales una es oficial, cada año desarrollamos un congreso internacional de musicales y operas rock, tenemos un sistema de intercambio con distintas escuelas en todo el mundo y cuatro coros de ex alumnos y realmente es una actividad que me fascina.

**¿Cuándo surgió esa inquietud?**

La inquietud artística relacionada con la formación de artistas tiene que ver con mis comienzos. Yo comencé a estudiar desde muy chica y mi papá me acompañaba a los distintos lugares donde estudiaba. En aquel momento eso implicaba correr conmigo de un lado a otro y yo ya en ese momento pensaba que era importante que existiera un lugar que integrara las tres disciplinas para ayudar a los chicos a prepararse en forma integral.

Mucho tiempo después, cuando estaba preparándome para el papel del Beso de la Mujer Araña (1995), surgió con más claridad. Ese rol requería un fuerte entrenamiento físico. Un día estaba literalmente haciendo abdominales y le comente a mi profesora, Mariana Letamendía, quien hoy es mi socia, que bueno sería que poder crear un lugar que ayudara no sólo en la formación integral, sino que además resultara más sencillo y económico para las familias. Al instante ella me dijo “lo hacemos” y como dos locas lanzadas a la aventura abrimos la primera escuela dos meses después.

**Y 21 años después, ya tienen 16 sedes...**

La verdad es que estamos muy felices. Es hermoso poder transmitir experiencias y conocimiento y ver los resultados. Hay muchos de los chicos formados en nuestras escuelas que han logrado destacarse y eso nos da mucha satisfacción. Josefina Scaglione, por ejemplo, se formó en nuestra escuela, llegó a protagonizar Amor sin barreras (West Side Story, en el título original) en Broadway, y recibió la nominación al Premio Tony a la Mejor Actriz Protagonista en un

## Valeria en números



Más de 15 millones de discos vendidos

Más de 35 discos de oro y platino

Elegida por el New York Times entre las cinco mejores cantantes del mundo.

Elegida como mejor intérprete en Tokio, Miami, Chile y México.

En 1998 recibió el premio Latin Award “Voz de Voces” (el Grammy Latino).

Entre otros galardones, Valeria recibió la Paloma de la Paz en Perú, dos Martín Fierro, Gaviota de Oro en el Festival de Viña del Mar, recibió las llaves de las Ciudades de Puerto Rico y Miami.

Elegida dos veces por Harold Prince para protagonizar los musicales “Evita” (1981) en México y “El Beso de la Mujer Araña” (1995) en Buenos Aires, estos hitos se suman a una lista que incluye “Hair”, “Jesucristo

Superstar”, “The Rocky Horror Show”, “Están Tocando Nuestra Canción”, “Las Hijas de Caruso”, y “Victor Victoria”, entre otras.

En 2010 fue declarada Personalidad Destacada de la Cultura de la Ciudad de Buenos Aires.

En noviembre de 2014 recibe el Premio Grammy a la Excelencia Musical en Las Vegas, Estados Unidos.

Desde hace 21 años es dueña y directora de la Escuela de Comedia Musical que lleva su nombre, que ya cuenta con 16 sedes en todo el país, y sólo en Buenos Aires forma más de 1000 alumnos cada año.

Dueña de una energía que le permite generar nuevos proyectos en forma permanente, planea un 2017 que incluye un disco de Rock y un libro, además de sus clásicos shows.

Musical. Laura Esquivel (protagonista de la famosa tira “Patito Feo”) se formó con nosotros. Alvaro Teruel, “el cuarto nochero”, también es nuestro.

Realmente disfruto mucho de este rol. No es lo mismo ser artista que ser docente. Muchas veces uno quiere hacerlo y no puede. A mí la vida me dio la posibilidad de conocer otro mundo relacionado con la vocación, la disciplina y realmente me encanta.

**Como docente, ¿cuáles son los consejos que les das a tus alumnos con relación al desarrollo de su carrera?**

Fundamentalmente hago mucho hincapié en

la importancia de mantener la humildad. Eso es algo importantísimo, porque te ayuda a mantener los pies en la tierra. El ego es algo muy difícil de manejar para un artista, porque aumenta con facilidad y si no te manejas con humildad la fama te pasa por encima.

También les transmito la importancia de no olvidar que todo se cultiva de a poco. Es muy importante lograr tener mucha templanza, ser humilde y saber que siempre hay algo nuevo para dar. Mantener la calma y saber que uno no conoce sus límites y sus posibilidades reales. Estudiando te das cuenta que puedes llegar a lugares que creías imposibles. Yo hoy sigo tomando clases de canto y eso me ayuda a abrir mi mente y descubrir cosas nuevas.

## Discografía

- Loba (2012) DVD + CD. Leader Music.
- La Máxima (2011)DVD + Cd doble. Leader Music.
- O todo o nada (2010) Leader Music.
- Nosotras (2005) KLASIKO RECORD /EMI MUSIC.
- Vivo por Valeria (2004) (en vivo) RAYSA RECORD.
- Algo natural (2000) (Producción independiente de Editorial Atlántida, distribuida en puestos de diarios y revistas)
- Lucía, la maga (2000)
- Las hijas de Caruso (1999)
- De regreso al amor (1996) BMG Ariola.
- El beso de la mujer araña (1995) BMG Ariola.
- Caravana de sueños (1994) BMG Ariola.
- Todo Valeria Lynch de FM tango para usted (1993) (reedición Valeria canta el tango)
- BMG Ariola.
- Sin red (1992) BMG Ariola.
- Están tocando nuestra canción (1992) (grabado en vivo) BMG Ariola.
- Háblame de amor (1991) RCA Víctor.
- Mis mejores canciones (1990) RCA Víctor.
- San Remo '90 (1990) (en vivo) RCA Víctor.
- Energía (1989) RCA Víctor.
- A cualquier precio (1988) RCA Víctor.
- Sin fronteras (1986) RCA Víctor.
- Valeria canta el tango (1986) (álbum de tango) RCA Víctor.
- En vivo (1986) (reedición de En Vivo de 1984) Polygram.
- Ciclos '85 (1985) (reedición de Capricornio) Polygram.
- World Popular Song Festival Tokyo (1985) (en vivo) RCA Víctor.
- Para cantarle a la vida (1985) RCA Víctor.
- Cada día más (1984) RCA Víctor.
- En vivo (1984) (en vivo) Polygram.
- Mujer (1983) (reedición de Mujer) Polygram.
- Un poco más de mí (1983) Polygram.
- Quiéreme (1982) Polygram.
- Canta Evita (1981) (temas principales de la comedia musical Evita protagonizada en México en el Teatro Ferrocarrilero) Phillips.
- Evita (México) (1981) Phillips.
- Están tocando nuestra canción (1980) Polygram.
- Capricornio (1980) Polygram.
- Yo soy tu canción (1979) Polygram.
- Mujer (1979) Polygram.
- Valeria Lynch (1977) (album debut) Polygram.

### Una mujer como vos cumple muchísimos roles, ¿alguna vez sentiste algún conflicto con eso?

Para nada. Yo soy una persona que cumple diferentes roles, lo viví siempre de una manera muy natural y nunca un rol entorpeció al otro. Creo que fundamentalmente porque siempre tuve claras mis prioridades. Mi familia primero y al lado la profesión. Poder vivir de lo que uno ama es un privilegio de pocos y yo lo agradezco mucho.

### ¿Cuánto crees que tiene que ver el talento y cuánto el trabajo para lograr esos resultados?

A veces no se trata solamente de talento y trabajo. La suerte también es importante. Los factores externos al talento como encontrar el momento justo a la persona indicada también representan un factor importante. Muchas veces vas a una reunión, hay una guitareada, encontrás tanto talento y pensás “qué bueno sería que este artista pudiera ser escuchado por más gente”, y es algo que no siempre pasa.

Es una combinación de cosas. Se trata un poco de lo que tenés, otro poco del entrenamiento y también de la suerte.

### ¿Qué opinás de los programas de televisión en los que se impulsan talentos?

Con respecto a eso tengo una doble mirada. La tele es bárbara para quien recién empieza. Creo que es valioso que puedan mostrar lo que hacen, pero siempre les digo que es el comienzo. La realidad es que esta carrera es una lucha constante. Es realmente importante saber que tenés que capacitarte y

“aggiornarte” en forma permanente, encontrar tu personalidad y tu estilo. Eso es tan importante como tener talento. Encontrar tu propia impronta. Cuando encuentro un alumno que me sacude el alma es indescriptible lo que sucede.

### Y a la hora de disfrutar de la música, ¿Quiénes son tus elegidos?

Realmente yo escucho de todo. Me encantan los verdaderos artistas. Los grandes intérpretes. Los que perduran. Los cantantes que cantan, que se muestran, que tienen una voz fantástica y hacen uso de esa voz como Mariah Carey, Barbara Streisand, y de nuestro país Mercedes Sosa.

Pero además de ellos, me encanta escuchar nuevos talentos. Me da alegría que surjan buenos artistas, que lleguen las nuevas generaciones. Es la ley de la vida. Tal es así que formé cuatro coros de ex alumnos de mis escuelas y me fascina que me acompañen en mis shows.

### Hasta ahora hablamos de tu rol profesional como cantante y docente y de tu formación académica pero, ¿cuánto de lo que transmitís tiene la impronta de tu familia?

Muchísimo. Yo tuve muchísimo apoyo de ellos. Mi papá me llevaba de aquí para allá cuando estudiaba y con mi mamá hacíamos concursos de agudos que siempre ganaba ella. (risas)

Ellos me enseñaron la importancia del estudio y sobre todo de la perseverancia. Esas enseñanzas me enseñaron a disfrutar de los logros. Porque todo lo que me costó me per-

mitió disfrutar el triunfo doblemente. Cuando te acordás de lo que pasaste te das cuenta de que todo lo que cuesta vale doble.

**De esos logros, ¿Cuáles fueron los que más te marcaron?**

Mi primer musical, Hair, un musical emblemático que marcó un antes y un después. Tenía 18 años y hacíamos dos funciones diarias. ¡Empecé arriba y creía que siempre iba a ser así! (risas)

El beso de la mujer araña también fue un logro muy grande porque recibí las mejores críticas y muchísimos elogios. A tal punto que hubo periodistas que eran detractores de mi carrera que no tuvieron más remedio que reconocer que les había gustado mucho mi trabajo.

Otro de los logros que me marcó fue poder cantar en el Carnegie Hall en New York. Y llegar al Teatro Colón. Para un artista popular es impensado y tuve la posibilidad de hacerlo.

Recuerdo un montón de momentos claves que voy a atesorar en mi corazón. Recibir un Grammy a la trayectoria, ganar el concurso Yamaha en Japón.

En mi vida pude hacer lo que quise, cumplir con mis objetivos y estoy muy agradecida por ese privilegio.

**Y de todo lo que hacés, ¿hay algo que te guste más?**

Todo lo que tenga que ver con lo artístico me gusta porque es mi forma de expresión. Aprendí mucho con los musicales. Son un desafío porque estas interpretando un personaje. Cuando hice Monólogos de la vagina con Alicia Bruzzo ella me enseñó mucho. Y

también me fascina el vértigo de la tele.

**¿Y cuáles son los siguientes pasos?**

Tengo dos proyectos que me tienen muy entusiasmada. Por un lado, me contrató Editorial Planeta para hacer un libro donde pueda contar anécdotas de mi vida que aún no conoce nadie. Y además estoy preparando un disco de Rock con mi compañía discográfica (Sony).

Yo empecé en los 70 haciendo rock. Cuando estaba prohibido. Cantaba con Luis Alberto Spinetta y con el negro Fontova y mi carrera fue hacia lo melódico porque quería vivir de mi profesión y eso era lo que me brindaba este estilo que es más internacional.

La verdad es que no reniego para nada de lo que hago, pero me gusta salir de mi estilo y aprender cosas nuevas.

**¿Qué cantás en la ducha?**

Yo no canto en la ducha porque estoy siempre apurada. Mis hijos dicen que soy la única cantante que no canta cuando se baña. (Risas)

**Y una última pregunta. Como comunicadora, ¿cuál es tu visión con relación al tema del HIV en nuestro país?**

Creo que la información es crucial para tomar recaudos en materia preventiva. Sé que la medicina está avanzando muchísimo con relación al HIV y lo importante es poder contar con buena información acerca de avances, tratamientos y prevención. Hoy veo que los chicos son muy conscientes al respecto gracias a la información que reciben a nivel escolar. Y que este trabajo se siga profundizando es muy importante.



“Nuestro compromiso con la vida”

División  
Infectología

Zuletel  
Efavirenz 600 mg  
Lamivudina Microsules  
Lamivudina 150 mg  
Lamivudina Microsules  
Lamivudina 300 mg  
Panka  
Abacavir 300 mg  
Vidara  
Tenofovir 300 mg



Av. Cerviño 4407, piso 9º (1425AHB) – C.A.B.A.  
Tel.: (54-11) 5787-1555 - Líneas Rotativas  
www.microsules.com.ar





# Estas son las enfermedades que transmiten los mosquitos

Se trata del dengue, chikungunya y el zika.  
Es clave disminuir los reservorios.  
Aquí te contamos cómo.

Por Dra. Eliana Daffinoti, médica Infectóloga de Helios Salud

Si bien ya ha comenzado el otoño y disminuye la cantidad de mosquitos esta época es clave para hablar sobre ellos y las enfermedades que pueden transmitir. Además, también es interesante saber qué estrategias podemos llevar a cabo año a año para ayudar a disminuir la cantidad de estos vectores (mosquitos), ya que si bien el mosquito adulto no se desarrolla a bajas temperaturas, los huevos permanecen durante el invierno por lo que las medidas para evitar los criaderos deben mantenerse durante todo el año.

## Los mosquitos del género Aede:

Son vectores (trasmisores) de varias enfermedades, entre ellas el dengue, la fiebre chikungunya y la infección por el virus zika.

Cuando un mosquito pica a una persona enferma por alguna de estas enfermedades y luego pica a otras personas, les transmite la enfermedad.

Las tres enfermedades tienen síntomas en común, son parecidas pero no iguales.

## Dengue

El virus del dengue se transmite a los seres humanos por la picadura de mosquitos de *Aedes aegypti* (principalmente). El *Aedes aegypti* vive en hábitats urbanos, se alimenta durante el día, sobre todo al principio de la mañana y al atardecer antes de que oscurezca.

Los síntomas aparecen luego de un período de incubación de entre 4 y 10 días luego de la picadura de un mosquito infectado. Se caracteriza por fiebre alta acompañada de dolor de cabeza intenso, dolor detrás de los globos oculares, dolores musculares y articu-

lares, náuseas y vómitos. Estos síntomas suelen durar entre 2 y 7 días.

El dengue puede presentarse también como dengue grave. Esta es una forma poco frecuente pero potencialmente mortal. Los síntomas de la forma grave aparecen 3 a 7 días después de los primeros y son: dolor abdominal intenso, vómitos persistentes, hemorragias de encías, fatiga, respiración acelerada, inquietud y vómitos con sangre.

No hay un tratamiento específico para el dengue. En el caso de dengue grave, la asistencia médica reduce la mortalidad.

**Hoy por hoy el único método para controlar y prevenir la transmisión del virus del dengue consiste en luchar contra los mosquitos.**

## Chikungunya

La enfermedad por el virus por chikungunya se caracteriza por fiebre acompañada de dolores articulares y musculares, dolor de cabeza, erupción en la piel, náuseas, vómitos y conjuntivitis. La mayoría de los pacientes se recuperan totalmente pero en algunos casos, la afectación articular puede persistir crónicamente.

La enfermedad aparece entre 3 y 7 días después de la picadura de un mosquito del género *Aedes* infectado por el virus chikungunya y puede durar entre 2 y 12 días.

Al igual que el dengue no tiene un tratamiento específico, solamente se trata de aliviar los síntomas, sobre todo el dolor articular que suele ser muy intenso. La única estrategia para la prevención es el control del mosquito y la prevención de las picaduras.



**En Argentina se confirmaron 2 casos autóctonos de Zika durante el 2017. Uno de ellos fue en la provincia de Salta y el otro en Chaco, este último con antecedentes de haber permanecido en Formosa durante el periodo de probable contagio. Durante el 2016 habían sido confirmados casos en Córdoba y Tucumán.**

## Zika

Los síntomas son parecidos a los descriptos para la infección por dengue y por chikungunya: fiebre, erupción cutánea, dolores musculares y articulares, malestar general, dolor de cabeza y conjuntivitis.

Se transmite por la picadura de los mismos mosquitos que el dengue y chikungunya.

### Zika y transmisión sexual

El virus zika puede transmitirse también por vía sexual. Puede darse incluso si la persona infectada no presenta síntomas. El virus permanece en semen y fluidos vaginales varios meses luego de la infección. Se están llevando a cabo varios estudios para establecer el período de contagio sexual luego de la infección aguda. Por lo pronto y para evitar esta forma de transmisión, se recomienda el uso

Fuente: Vivamos libres de mosquitos MSAL



de preservativo en todas las formas de relaciones sexuales (sexo oral, vaginal o anal) con personas que hayan viajado a zonas de transmisión de zika, independientemente de que presenten o no síntomas de infección.

El virus zika se ha asociado a malformaciones fetales, como microcefalia, cuando la infección ocurre durante el embarazo. Por lo tanto se recomienda a las embarazadas evitar viajar a zonas de transmisión activa de zika.

También se aconseja el uso de preservativo si la pareja de la mujer embarazada ha viajado a zonas de transmisión de dicho virus.

Se recomienda que todo aquel hombre que haya estado expuesto al zika y tenga planes de concepción con su pareja espere al menos 6 meses a partir de la aparición de los síntomas, o en el caso que no haya tenido síntomas, desde la última posible exposición. Las

**Por todo esto, se recomienda a la población que lleve a cabo estas medidas de prevención durante todo el año.**

mujeres que deseen embarazarse deberán esperar al menos 8 semanas luego de la aparición de síntomas atribuibles a zika, o en el caso de no haber presentado síntomas, desde la última posible exposición al virus.

Aquellas parejas que hayan estado expuestas al virus y no tengan planes de concepción, deberían usar preservativo por el mismo lapso de tiempo descripto anteriormente, para minimizar el riesgo de transmisión sexual.

# ¿CÓMO LUCHAMOS CONTRA LOS MOSQUITOS?



## 1. Evitar que los mosquitos encuentren donde depositar sus huevos.

Para ello debemos:

- \_ Eliminar correctamente los residuos.
- \_ Cubrir, vaciar y/o limpiar semanalmente los recipientes donde se almacena agua para uso doméstico (floreros, bebederos de mascotas, canaletas, tanques, porta macetas, etc.)
- \_ Aplicar insecticidas adecuados en los recipientes que almacenan agua a la intemperie.

## 2. Protegernos de la picadura de los mosquitos con:

- \_ Ropa larga
- \_ Espirales/tabletas
- \_ Mosquiteros
- \_ Repelentes: se recomiendan preferentemente los que contengan DEET (N, N-dietil-m-toluamida).
- \_ Si contienen DEET al 25 % se debe repetir la aplicación cada 4 hs
- \_ Si contienen DEET al 15% se debe repetir la aplicación cada 2 hs

Con cualquiera de ellos debe repetirse también la aplicación si la persona se moja o en caso de transpiración.

A partir de la situación epidemiológica actual de transmisión de enfermedades por mosquitos en la Argentina, la SAP (Sociedad argentina de pediatría) modificó su recomendación clásica sobre el uso repelentes, y avala el uso de DEET menor al 30% en niños a partir de los 2 meses de vida. Sin embargo cabe aclarar que cuando se utilice repelente en niños no hay que usarlo directamente en el cuerpo, primero aplicarlo en las manos del adulto y luego esparcirlo. Tampoco se debe aplicar el producto en las manos del niño, ni permitir que se lo apliquen ellos mismos ya que su ingestión puede ser tóxica. En cuanto a la citronella también aclara que es menos efectiva que el DEET, por lo tanto en el contexto actual desaconseja su uso.

CREAR  
VACUNAS,  
ES PROTEGER  
LA VIDA



EN EL MUNDO, NUESTRAS VACUNAS PROTEGEN CONTRA:  
CÓLERA • DENGUE • DIFTERIA • ENCEFALITIS JAPONESA • FIEBRE AMARILLA • FIEBRE TIFOIDEA • GRIPE • HEPATITIS A • HEPATITIS B • INFECCIONES POR *HAEMOPHILUS INFLUENZAE* tipo b • INFECCIONES POR NEUMOCOCO • MENINGITIS POR MENINGOCOCO (serogrupos A, C, Y y W-135) • PAPERAS • POLIOMIELITIS • RABIA • RUBÉOLA • SARAMPIÓN • TÉTANOS • TOS FERINA • TUBERCULOSIS • VIRUELA \*

\* Una enfermedad erradicada  
Esta vacuna se elabora como respuesta a la amenaza bioterrorista.



# Cáncer de próstata: lo que los hombres debemos saber

Es uno de los de mayor incidencia en hombres, sobre todo pasados los 50 años; sin embargo, tras aplicar los tratamientos pertinentes se convierte en uno de los cánceres con mayor sobrevida para los pacientes. En esta nota explicamos todo sobre esta afección.

Dr. Daniel Ekizian. Urólogo, Coordinador de Urología en Clínica La Sagrada Familia, Urólogo de Helios Salud y Stamboulían Servicios de Salud.

Lo primero que tenemos que saber es que la glándula prostática es exclusiva de los hombres, formadora del líquido seminal para transportar los espermatozoides. Se encuentra ubicada debajo de la vejiga envolviendo la uretra. Y existen dos afecciones frecuentes de la glándula prostática: La Hiperplasia prostática benigna y el Cáncer de próstata

## Hiperplasia Prostática Benigna

El crecimiento benigno de la glándula afecta a más del 80% de los hombres, a medida que van envejeciendo. Como este crecimiento se desarrolla alrededor de la uretra, suelen presentar síntomas al orinar que se van haciendo progresivos.

- Chorro de orina débil e intermitente.
- Sensación de vaciado incompleto.
- Demora o dificultad para comenzar a orinar
- Urgencia miccional
- Aumento de la frecuencia miccional nocturna

Estos síntomas de por sí, hacen que el hombre realice las consultas al urólogo

## Cáncer de próstata

Como el cáncer de próstata se desarrolla en la zona periférica de la glándula prostática, no existen síntomas que alerten sobre el inicio de esta enfermedad.

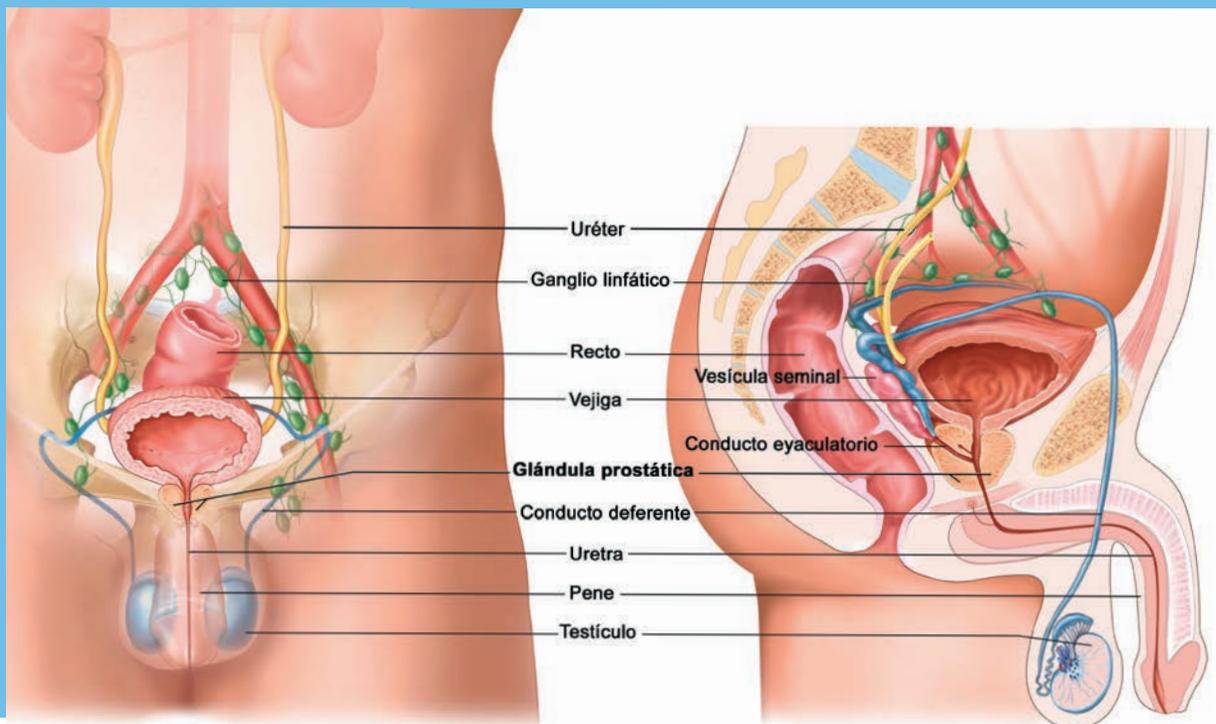
Según los últimos datos estadísticos, el cáncer de próstata es el cáncer más común en individuos mayores de 70 años. En Argentina, representa el 20% del total de los tumores en los hombres y es la segunda causa de morta-



lidad detrás del cáncer de pulmón. Uno de cada seis hombres tendrá cáncer de próstata a lo largo de su vida.

La recomendación de las sociedades científicas para acercarse a la consulta de prevención del cáncer de próstata son las siguientes:

- Mayores de 50 años de edad.
- Mayores de 45 años de edad con antece-



dentes familiares de cáncer de próstata.

Es una de las enfermedades que ha cambiado su pronóstico e inclusive ya se puede hablar de curación debido a las grandes campañas de prevención que promocionan y facilitan los controles periódicos en ausencia de síntomas y permiten su detección en estadios muy tempranos.

**“No hay que esperar a tener síntomas para pensar en el cáncer de próstata”**

El avance de los estudios permite la detección temprana y localizada del tumor presentando

alternativas de tratamiento que posibilitan la curación o el tratamiento de la enfermedad sin alterar la calidad de vida.

**La realización del screening o rastreo consiste en:**

- 1) Antígeno prostático específico en sangre. (PSA)**
- 2) Examen digito rectal.**
- 3) Ecografía renal y vesicoprostática.**

Nuestra recomendación es concientizar a los hombres con la cultura de la prevención tal como las mujeres lo incorporaron a su rutina anual con los controles ginecológicos desde hace más de tres décadas.

**HARVONI**  
ledipasvir/sofosbuvir

MOMENTOS COMO ESTE PUEDEN  
**CAMBIARLO  
TODO**



Para mayor información sobre HARVONI® consulte nuestra página web: [www.gador.com.ar](http://www.gador.com.ar). Siguiendo pautas internacionales, HARVONI® se encuentra adherido al Plan de Gestión de Riesgos (PGR) aprobado por la ANMAT. PGR es un programa estratégico de seguridad para minimizar los riesgos potenciales conocidos de un producto, preservando sus beneficios terapéuticos. Ante cualquier consulta, contactar al Departamento de Farmacovigilancia Gador ([farmacovigilancia@gador.com](mailto:farmacovigilancia@gador.com)) o al (011) 4858-3000, interno 229 / 0800-220-2273 (SARIE).

# EL VIH-SIDA en la tercera edad

Por la Dra. María Fernanda Rombini, médica infectóloga de Helios Salud.



Esta nota fue publicada en la Revista Vihda #28 de septiembre 2013.

Lo recuerdo bien... era un lunes a la tarde, las sala de espera ya estaba llena. Como siempre, me dispuse a llamar al siguiente paciente de la agenda. Me asomé a la puerta y dije:

**-Marcos... paciente Marcos**

Inmediatamente al consultorio ingresaron 3 personas, un "señor mayor" de unos 80 años y dos más jóvenes.

Me presenté y desvié "con cierta certeza" mi mirada hacia los más jóvenes preguntándoles:

**-¿Quién de ustedes viene a atenderse?**

El anciano alzó su mirada y me dijo, con voz entrecortada:

**-Yo soy Marcos Dra. Hace un par de meses me están estudiando por diarrea y anemia, me hicieron muchos estudios. En la última internación, el médico que estudia la sangre, me dijo que tengo un virus, que tengo SIDA y me mandó a atender acá. Yo no quería venir, sentía vergüenza pero hace ya unos días, me siento peor, me falta el aire y ya no puedo tragar, por eso mis hijos insistieron en traerme.**

Los dos jóvenes comenzaron a llorar mientras lo abrazaban y trataban de explicarme cómo había enfermado su padre unos meses antes. Y minuciosamente relataron todo lo que le habían hecho a Marcos antes del diagnóstico de SIDA.

Unos minutos más tarde terminé de revisarlo. Marcos tenía un hongo, llamado comúnmente muguet, en lengua y garganta que le impedía tragar y una neumonía.

Por ello y luego de hablar un largo rato le comuniqué a él y a 2 sus hijos que debía internarlo nuevamente para mejorar estas dos afecciones y que cuando le dieran el alta iniciaríamos el tratamiento dirigido al VIH.

Sus dos hijos asombrados me dijeron con cierta incredulidad y asombro:

**-¿El alta? Marcos balbuceaba...**

**\_ ¿Qué le digo Ana? Pregunté**

**\_ ¿Quién es Ana?**

Y respondió

**\_ Mi esposa Dra., mi esposa.**

En mi trabajo como médica infectóloga, asistiendo a personas que viven con VIH-SIDA, escucho a diario relatos de la vida íntima de los pacientes y sus familias. Muchas de estas historias conmovedoras vinculadas a vergüenza, miedo, rechazo, estigmatización y discriminación que aun hoy padecen los pacientes que conviven con el VIH.

La historia de Marcos y la de su familia, es una de las historias que pensé en compartir, porque de seguro nos permitirá a todos reflexionar acerca de la enfermedad en este grupo etario.

Trataré de detallar en pocas frases, algunos mitos, conceptos y frases vinculadas en parte a esta historia.

- Los adultos mayores no perciben el riesgo de poder adquirir el VIH : **"ESO LES PASA SOLO A LOS JOVENES "**

- Hay hombres de la tercera edad que al enviudar buscan por primera vez sexo con otros

hombres o mujeres. Al no tener incorporado el uso del preservativo, debido a pautas culturales o prejuicios se infectan del VIH.

- La bisexualidad en la tercera edad es mucho mayor de lo que se cree. Como el sexo con su pareja declina, muchos ancianos acuden a saunas y tienen sexo con hombres habitualmente sin preservativos. Así se infectan del VIH y en ocasiones se los transmiten a sus mujeres en el hogar.
- Los adultos mayores identifican el riesgo de adquirir el virus solo en homosexuales, usuarios de drogas, personas con tatuajes, y "promiscuos". Equivocadamente, ellos creen que no están en riesgo porque son

"abuelos" o están "casados".

- Los adultos mayores de 50 años no hablan de sexualidad con sus médicos y tampoco con sus hijos. No recibieron información en la escuela cuando eran jóvenes y mucho menos hablaron de sexualidad con sus padres, son especialmente vulnerables frente al VIH.
- A diferencia de los jóvenes, que inician su vida sexual con información sobre el uso del preservativo, los adultos mayores no reciben ninguna advertencia al respecto, ya que las campañas de prevención no contemplan que haya vida sexual más allá de los 50 años.
- Con el consumo de fármacos para la disfunción sexual (como el Viagra) las personas

mayores de 50 años tienen una sexualidad más activa. Como no tienen incorporado el uso del preservativo adquieren el VIH y otras enfermedades de transmisión sexual.

- Existen pautas culturales y preconceptos que desalientan el uso del preservativo en los adultos mayores:

**"...SI ME PONGO PRESERVATIVO, NO TENGO ERECCION. POR ESO NO LO USO"**

**"... NO SOY PROMISCUO, NO PUEDO INFECTARME"**

**"... CUANDO ERA JOVEN, ERA DE HOMBRERES TENER SIFILIS. JAMAS ME CUIDE Y NUNCA PASO NADA"**

**"... EN MI EPOCA USAR CONDON ERA MAL VISTO, PORQUE SIGNIFICABA ANDAR CON CUALQUIERA"**

- Los trabajadores de la salud (médicos clínicos, internistas, generalistas, entre otros) a menudo, no piensan en VIH en las personas mayores porque:
- La infección por VIH puede confundirse con enfermedades propias del anciano y porque no piensan en VIH en este grupo etario retrasando en muchas oportunidades el diagnóstico de enfermedad y el tratamiento.

## Tu donación es **IMPORTANTE**

Ahora podés hacerlo a través de **DÉBITO AUTOMÁTICO**



Comunicate con la Fundación al **4363 7477**



FUNDACION  
**HELIOS**  
S A L U D  
DR. STAMBOULIAN

## Tu donación **SALVA VIDAS**



Ahora podés donar con **TARJETA DE CRÉDITO**  
Comunicate al **4363 7477**

FUNDACION  
**HELIOS**  
S A L U D  
DR. STAMBOULIAN

## Final de la historia...

Marcos salió de la internación casi un mes más tarde e inició el tratamiento antirretroviral, vino a todas las visitas junto a sus hijos que siempre lo acompañaron con respeto y cariño.

Cuando le pregunté acerca de cómo había contraído la enfermedad, me relato con timidez, que hacía unos 6 años atrás junto con sus amigos, luego de jugar a las cartas pasaban por un sauna cercano luego de tomar pastillita azul. Y agrego:

**- Ana ya no tenía “ sexo “ conmigo desde hacía mucho.**

Luego de los tres primeros meses del tratamiento dirigido al Virus, Marcos tenía la carga viral del VIH no detectable en la sangre, la anemia y las defensas (linfocitos T Cd4 ) habían mejorado .

En cuanto a Ana, su mujer, sigue viviendo con él. Es VIH negativa y nunca pregunto sobre “ ese tema.”

Las personas mayores se infectan con el VIH de la misma manera que las más jóvenes. Sin embargo, no suelen advertir que corren el riesgo de infectarse con el VIH. Tampoco saben cómo protegerse de la transmisión del VIH. Además, las personas mayores tienen otros problemas de salud, que pueden complicar la selección de tratamiento antirretroviral. Esos problemas también pueden confundirse con los efectos secundarios que esos medicamentos provocan. El tratamiento del VIH da el mismo resultado en los mayores que en los jóvenes aunque sus linfocitos CD4 puedan quedar más bajos. Además, a la hora de tomar los medicamentos, las personas mayores suelen ser más ordenadas que las más jóvenes.



## Contanos tu historia

**Volvimos publicar esta nota porque nos pareció un ejemplo de vida y queremos invitar a quienes lo deseen a compartir su propia historia. Los testimonios son inspiradores y motivadores para otras personas que quizás no están pasando un buen momento.**

**Ayudar a los demás es ayudarnos entre todos.**

**Escribinos a:**  
**tamaraherraiz@gmail.com**



## TALLERES GRUPALES

### Espacios de confianza y superación

Fundación Helios ofrece talleres grupales para que los pacientes puedan alcanzar la mejor adherencia en sus tratamientos y calidad de vida.

#### Taller Grupal para Adolescentes y Jóvenes

Dirigido por la Licenciada Graciela Fernández Cabanillas.

#### Requisitos

La edad, el respeto, la confidencialidad.

#### Días y horarios

2º martes de cada mes,  
de 15.30 a 17 horas,  
Sede Belgrano (Sucre 1525)  
4363-7477

Los talleres son abiertos y pueden participar pacientes que no se atiendan en Helios Salud.

#### Taller Grupal para Adultos

Dirigido por la Dra. Alejandra Bordato y la Lic. Graciela Fernández Cabanillas.

#### Requisitos

Edad, mayores de 18 años, el respeto, la confidencialidad. Son abiertos y pueden participar también pacientes que no se atienden en Helios. Pueden venir acompañados, el que lo acompaña debe estar informado del diagnóstico del paciente.

#### Días y horarios

1º y 3º martes de cada mes,  
de 18.30 a 20 horas,  
Sede Central (Perú 1511)  
CONFIRMAR DÍA Y HORARIO AL 4363 7400

## Entrevista al equipo de Farmacia

**“La seguridad del paciente debe ser entendida como un determinante en su salud”**

Fuimos a conocer cómo trabaja una de las áreas clave de Helios Salud, un eslabón dentro de lo que es la Atención Integral que reciben todos los pacientes. Nos recibió un cálido equipo de profesionales quienes nos contaron cómo es el día a día en su labor dentro de Helios Pharma.

Por @TamaraHerraiz Foto @TopoHuerin



### ¿Cómo está formado el equipo de farmacia?

El equipo de farmacia está formado por 3 farmacéuticos, Angel Alvarez, Director Técnico egresado de la Universidad Nacional del Noroeste, Fernando Sassone, quien se desempeña como auxiliar recibido de la Universidad de Buenos Aires y Yanina Sarnagiotto, también egresada de esta última facultad, que se desempeña en

Helios Pharma como Directora técnica de la droguería desde donde distribuimos medicación a una red de farmacia de todo el país y también coordina las actividades de la farmacia. Como profesionales de la salud nuestra meta siempre ha sido innovar en la excelencia de servicios farmacéuticos, para ello nos capacitamos y entrenamos continuamente a todos nuestros colaboradores.



## Helios Pharma

### Farmacéuticos

**Angel Alvarez, Director técnico**

**Fernando Sassone, auxiliar**

**Yanina Sarnagiotto (foto),**

**Directora técnica**

**Florencia Carpentier**

**Laura Bioli**

**Ramón Sánchez**

**Celeste Romero**

**Noelia Giménez**

### ¿En qué consiste el trabajo de los colaboradores?

Un pilar fundamental de nuestra farmacias, son los idóneos Florencia Carpentier, Laura Bioli, Ramón Sánchez y Celeste Romero. Los días sábados, domingos y feriados contamos con la atención de Noelia Giménez. Todos ellos han tenido experiencias anteriores en diferentes áreas de salud, y en Helios fueron rotando por diferentes actividades, aprendiendo las buenas prácticas en farmacia: compras, almacenamiento, facturación, dispensa y demás procedimientos para garantizar la calidad eficacia y seguridad de las especialidades farmacéuticas que comercializamos.

### ¿Cuál es la función de la farmacia en la cadena de atención?

Somos un eslabón dentro de lo que llamamos Atención Integral que reciben todos los pacientes de Helios Salud, que va desde áreas gerenciales, administrativas, enfermería, médicos, laboratorio y demás proveedores de asistencia sanitaria. Juntos conformamos un sólido equipo multidisciplinario que permite abordar todas las necesidades del paciente.

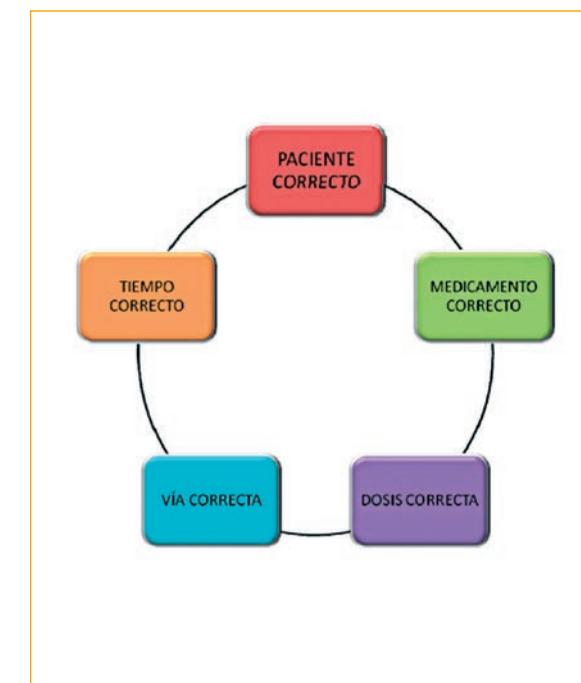
### ¿Qué los diferencia del resto de las farmacias?

El servicio que nos diferencia de otras farmacias es nuestro programa de atención farmacéutica y seguimiento farmacoterapéutico, por el cual la entrega de medicación, va acompañada de una breve entrevista en el mostrador o gabinete, consejos y consultas. Toda la información recopilada se documenta en la Historia clínica farmacéutica, es impor-



tante monitorizar y revisar adecuadamente la asistencia proporcionada para poder realizar seguimientos eficientes de cada paciente. Comprendemos que la seguridad del paciente debe ser entendida como un determinante en su salud, representada por los “5 correctos del paciente”, es decir:

Estos elementos son controlados en forma cruzada en el proceso de Facturación/Dispensa.





### ¿Cuáles son los horarios de atención?

El día en la farmacia comienza temprano. El horario de apertura es a las 7 de la mañana y continuamos con la atención hasta las 20 horas. También estamos los sábados de 8 a 19, domingos y feriados de 9 a 19.

### ¿Cuántos pacientes pasan por mes por la farmacia para retirar la medicación?

Atendemos un promedio de 4600 pacientes, que equivalen a casi 14.000 transacciones con Anmat. Los tratamientos vienen formulados para 30 días, por lo cual los retiros son mensuales, por tratarse de una patología crónica aquellos paciente que cumplan con requisitos administrativos/médicos se les provee el beneficio del plan de medicación para 2 meses, a los efectos de brindarles un mejor servicio y

evitarles concurrir mensualmente a retirar su medicación. Remarcamos, que gracias a una política de 3 meses de stock, cuando hubo falta de medicamentos en el mercado, los pacientes de Helios no se vieron afectados.

### La farmacia certificó con GS1 en trazabilidad ¿Cuáles son los beneficios para el paciente respecto a esta importante certificación?

Desde la inauguración de la farmacia, apostamos a la trazabilidad para brindar a nuestros pacientes medicamentos seguros, así nos convertimos en la primer farmacia/ droguería en certificar con GS1, entidad escogida por el Estado, para llevar adelante el proceso de traza de los medicamentos.

El Sistema Nacional de Trazabilidad (SNT) de Medicamentos es un sistema de información destinado a identificar en forma individual y unívoca cada una de las especialidades medicinales a ser comercializadas, como así también, efectuar su seguimiento a través de toda la cadena de distribución, desde su importación o elaboración hasta la dispensa a paciente. Mediante la implementación del sistema de trazabilidad se podrá controlar de manera eficiente la distribución de medicamentos, conociendo en tiempo real el destino de cada especialidad medicinal liberada al mercado, verificar el origen, registrar el historial de localizaciones y traslados a lo largo de toda la cadena de distribución; como así también, conocer el momento de su dispensa, de forma tal de asegurar su legitimidad. \*adjuntar certificado

### En caso de que el paciente viva lejos o no pueda acercarse por diversas razones a la farmacia para retirar la medicación ¿Qué canales han habilitado para facilitarle el acceso a los mismos?

Consideramos al paciente individualmente, su atención es personalizada. Al momento de la dispensa (entrega de su tratamiento) se lo entrevista para mantener actualizado sus datos en el sistema y se le brinda nuestros contactos, así logramos canales eficientes de comunicación, a través de donde nos llegan las dificultades de cada caso. Allí aplicamos diferentes estrategias para lograr que el paciente tenga en tiempo y forma su terapia. Recordamos que las interrupciones en la toma de la medicación puede hacer que el virus se multiplique y se vuelva resistente. Por esto, continuamente trabajamos en la adherencia al tratamiento, involucrándonos para acompañar a los pacientes con recordatorios de las próximas fechas de retiros y remarcamos la importancia de respetar los horarios de las tomas.

Por nuestra experiencia, sabíamos que a los pacientes se les complicaba venir a buscar la medicación durante la semana por sus compromisos laborales, familiares y personales por esto desde el año pasado contamos con el Servicio de sábados, domingos y feriados.

También facilitamos el retiro del tratamiento por un familiar y/o amigo, o allegado, siempre y cuando se encuentre correctamente autorizado.



#### Contacto Farmacia

PERU 1520 CABA TEL: 43637471  
farmacia@heliospharma.com.ar  
Desde el interior: 0810-333-7048

# 5 momentos únicos que ninguna persona olvida

Hay instantes que nos cambian para siempre y esos quedan para siempre en nuestra memoria.



A lo largo de nuestra vida acumulamos experiencia, momentos y algunos de ellos son absolutamente memorables, porque son irrepetibles, pasan una sola vez. Puede que vivas algo parecido, pero nunca igual a ese momento clave que te cambió para siempre. Se trata de las primeras veces que te conectan con algo nuevo que no conocías.

Esos momentos te dejan una huella profunda. Incluso puedes olvidarnos conscientemente, pero quedan en tu inconsciente. No todos son instantes agradables, pero buenos o malos, son la base de la suma de experiencias futuras.

¿Por qué un solo momento puede ser tan crucial y no se olvida? Es que se trata de una especie de revelación. Inaugura una nueva dimensión para tu vida. A continuación, 5 momentos de esos que no se olvidan.

## 1- Cuando tenés tu primera relación de pareja

La primera vez que somos pareja abrimos la puerta del mundo del amor y de la sexualidad. Es inaugurar una de las dimensiones decisivas de la existencia.

Es usual que lo que nos una a esa primera

pareja no sea realmente el amor, en el sentido estricto de la palabra. Aún así, esos momentos configuran un primer gran desafío y una primera gran revelación. El desafío estriba en medir nuestros recursos como pareja. Y la revelación es la emergencia que impregna la manera de abordar el afecto con el otro sexo. Después de esto, ya nunca vamos a ser los mismos.

## 2- Cuando cobrás tu primer sueldo

Uno de los momentos memorables de la vida es cuando recibimos nuestro primer pago por el trabajo realizado. Lo trascendental de este momento es que se trata de un primer paso de autonomía y libertad. Es una sensación, casi siempre, muy gratificante. Te hace sentirte capaz. Si el pago es relativamente justo, te predispone de manera positiva hacia el trabajo.

## 3. La primera vez que ves llorar a uno de tus padres

El padre o la madre es una figura que representa el ejemplo, el jefe, el guía. Por eso la primera vez que lo ves llorando se convierte en

un momento memorable. Algo se quiebra dentro de ti con sus lágrimas. Algo te demuestra que antes que padre, él es un ser humano tan vulnerable como vos.

Algunos nunca han visto llorar a su padre. Algunos ni siquiera han visto a su padre. Pero, de seguro, tienen cerca a alguna figura de autoridad que lo representa simbólicamente, aunque no siempre de una manera nítida. Esa persona a la que le adjudicamos la representación de la fuerza tiene una enorme influencia en nuestra vida y que su ánimo pueda quebrarse nos impresiona de manera profunda. Si ellos se rompen significa que cualquier persona se puede romper.

## 4- La ayuda de alguien en un momento crítico

En algún momento de nuestras vidas pasamos por una crisis, en la que sentimos que no hay salida, que todo está mal. En esos momentos de los que nadie escapa, es increíble como todos encontramos siempre una mano amiga. Algunos hallan a alguien que ofrece una ayuda abundante y generosa. Otros encuentran a quien les regala una son-

risa o una voz de aliento solamente. Pero en todos los casos esa voz de aliento, o ese gesto solidario se convierten en un recuerdo imborrable.

## 5. La muerte de un ser muy querido

La primera vez que tomamos conciencia de la muerte es inolvidable. Así como la primera vez que la muerte alcanza a alguien muy querido. Ver a alguien sin vida, nos evidencia el concepto de finitud. Nos recuerda nuestra propia muerte.

Si muere alguien muy querido, al desconcierto de la muerte se une el de un duelo que es diferente a todos los demás. Se dibujan claramente las palabras “una pérdida para siempre”. Entramos en una lógica que nos permite saber que la extensión de la vida tiene una medida precisa. Y comienza a enseñarnos cómo decir adiós.

Todos estos momentos moldean nuestras emociones. Todos nos imprimen una huella que perdura para siempre. Por eso, no solo se experimentan cuando se viven, sino también cuando se recuerdan. Están ahí, recordándonos quiénes somos y cuál es nuestro origen.



## El hotel en donde se puede convivir con jirafas

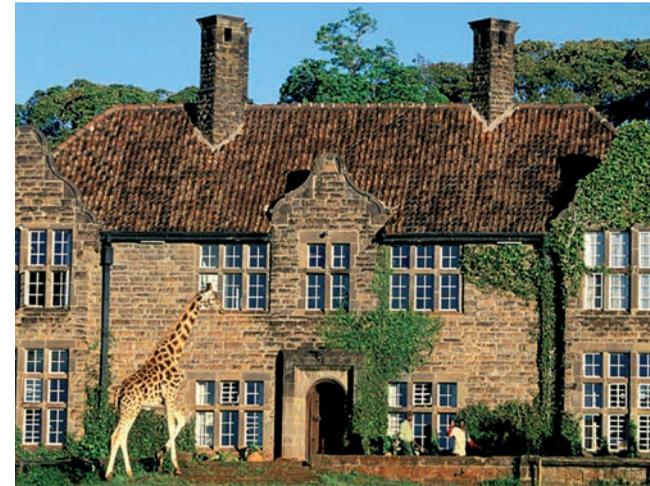
Un recorrido por el hotel Giraffe Manor en Kenia, uno de los más increíbles de África.

Si tu sueño es pasar unas vacaciones en un lugar tan exótico que hasta podés desayunar al lado de una jirafa, el Giraffe Manor Hotel en Kenia es tu mundo ideal.

Se trata de un pequeño y exclusivo hotel famoso por los gigantes animales que habitan en él y están en permanente contacto con sus huéspedes.

Cuenta con apenas 10 habitaciones y con solo abrir una ventana, las jirafas se hacen presentes para convivir de manera amigable con la gente.





El hotel fue construido por el escocés David Duncan en 1932 y está ubicado en Langata, cerca de la capital del país, Nairobi.

Las lujosas habitaciones son dobles con amplios baños privados, grandes camas con dosel, muebles antiguos y una decoración con ciertos toques de arte africano. Todas las estancias tienen acceso directo a un precioso patio, donde los huéspedes suelen sentarse para tomar el legendario té a la manera inglesa mientras disfrutan de uno de los mejores y más bellos atardeceres del mundo.

La suite Karen Blixen Finch Hatton es una de las más demandadas por los seguidores de la escritora danesa Karen Blixen, conocida mundialmente por su libro *Out of Africa*, en el que narra sus experiencias en Kenia y la intensa pasión amorosa que vivió junto al aventurero británico Dennys Finch Hatton, hasta que éste murió trágicamente en un accidente de avión. La historia quedó espléndidamente reflejada en la inolvidable película *Memorias de África* o *África mía*, protagonizada por Meryl Streep y Robert Redford.

Durante su permanencia en Kenia, entre los años 1917 y 1931, Karen Blixen residió al pie de las maravillosas colinas de Ngong en una casa cercana al actual hotel Giraffe Minor, la cual hoy es un museo.

El Giraffe Centre organiza excursiones para ecologistas, colegios y biólogos.

Una parte de los ingresos por alojamiento son destinados al Fondo Africano para la Protección de Especies Protegidas, creado por los antiguos dueños del establecimiento.

## INFORMACIÓN Y CONSULTAS A TRAVÉS DE INTERNET

[www.hiv.org.ar](http://www.hiv.org.ar) | [www.sidalink.roche.com.ar](http://www.sidalink.roche.com.ar) | [www.thebody.com/espanol.html](http://www.thebody.com/espanol.html)  
[www.buenosaires.gov.ar/areas/salud/sida/](http://www.buenosaires.gov.ar/areas/salud/sida/) | [www.aidsinfont.org](http://www.aidsinfont.org) | [www.fundacionhelios.org.ar](http://www.fundacionhelios.org.ar)

## INFORMACIÓN Y CONSULTAS EN FORMA PERSONAL Y TELEFÓNICA

**Dirección de Sida y ETS, Ministerio de Salud de la Nación:** 0800.3333.444 - 4379-9017/9000, int. 4826 - [prevencion-vih@msal.gov.ar](mailto:prevencion-vih@msal.gov.ar) - [prog-nacional-sida@msal.gov.ar](mailto:prog-nacional-sida@msal.gov.ar) - [www.msal.gov.ar](http://www.msal.gov.ar)

**Coordinación SIDA:** Donato Álvarez 1236 - 4581.5766, 4123.3121, 4581.6401, 4123.3120, internos 116/120/121/126 - [coordinacionsida@buenosaires.gov.ar](mailto:coordinacionsida@buenosaires.gov.ar) - [www.buenosaires.gov.ar/areas/salud/sida](http://www.buenosaires.gov.ar/areas/salud/sida)

**Hospital F. Muñiz:** Uspallata 2272, ex sala 29, 1° piso, Buenos Aires - 4305.0954

Si querés conversar con personas que están pasando por tu misma situación, podés acercarte al Grupo "Convivir", los miércoles a las 11 en el pabellón 8.

**Área CoMO - Defensoría del Pueblo de la Ciudad:** Venezuela 842, Buenos Aires - 4338.4900 - Int. 7558/60

**NEXO Asociación Civil:** Av. Callao 339 Piso 5°, Buenos Aires - [info@nexo.org](mailto:info@nexo.org) - [www.nexo.org](http://www.nexo.org) - 4374.4484 - Línea Positiva para Capital y Gran Buenos Aires: 0-800-345-6396

**Fundación Helios Salud:** Funcionan grupos de autoayuda y se dan cursos de educación para la comunidad. Sucre 1525, C.A.B.A. - 4363-7400 int 7477 - [info@fundacionhelios.org.ar](mailto:info@fundacionhelios.org.ar) - [www.fundacionhelios.org.ar](http://www.fundacionhelios.org.ar)

## CENTROS DE PREVENCIÓN, ASESORAMIENTO Y DIAGNÓSTICO (CEPAD)

Los centros de prevención asesoramiento y diagnóstico del VIH-SIDA (CePAD) funcionan en centros de salud, hospitales y organizaciones comunitarias de la Ciudad de Buenos Aires. Allí, se pueden consultar dudas sobre el VIH-sida, retirar material informativo y hacerse el test de manera rápida y confidencial.

### Centro de Salud Nº 2

Terrada 5850 -  
4572.9520 / 6798

### Centro de Salud Nº 5

Av. Piedrabuena 3200 -  
4687.0494 / 1672

### Centro de Salud Nº 7

2 de abril de 1982 y Montiel -  
4602.5161

### Centro de Salud Nº 9

Irala 1254 - 4302.9983

### Centro de Salud Nº 13

Av. Directorio 4210 - Parque  
Avellaneda - 4671.5693

### Centro de Salud Nº 15

Humberto 1° 470 -  
4361.4938

### Centro de Salud Nº 18

Miralla esq. Batlle y Ordóñez -  
4638.7226

### Centro de Salud Nº 20

Ana María Janer y Charrúa -  
4919.2144

### Centro de Salud Nº 21

Calles 5 y 10 (Centro viejo,  
Barrio Retiro) - 4315.4414

### Centro de Salud Nº 22

Guzmán 90 - 4855.6268

### Centro de Salud Nº 24

Calle L sin número entre M.  
Castro y Laguna - Barrio R.  
Carrillo - 4637.2002

### Centro de Salud Nº 29

Av. Delleplane 6999 - Villa  
Lugano - 4601.7973

### Centro de Salud Nº 33

Av. Córdoba 5656 -  
4770.9202

### Centro de Salud Nº 35

Oswaldo Cruz y Zavaleta -  
4301.8720

### Centro de Salud Nº 39

Esteban Bonorino 1729 -  
4631.4554

### Centro de Salud Nº 41

Ministro Brin 842 -  
4361.8736

### Hospital Piñero

Av. Varela 1301 - 4634.3033

### Hospital Tornú

Av. Combatientes de Malvinas  
3002 - 4521.8700/3600/4485

### Hospital Ramos Mejía

Servicio de  
Inmunocomprometidos -  
Urquiza 609 -  
4931.5252 / 4127.0276

### UTE-CTERA Capital

Virrey Liniers 1043 -  
4957.6635

### Grupo Nexo (población gay y otros hombres que tienen sexo con hombres)

Callao 339 5° -  
4374.4484 / 4375.0359

### ATTA (población trans)

Callao 339 5° (funciona  
dentro de Grupo Nexo) -  
5032.6335

### HOSPITALES CON CIRCUITO DE TESTEO FACILITADO

#### Hospital Fernández

Servicio de Infectología -  
Cerviño 3356 -  
4808.2626 - Lunes a  
viernes de 8 a 11 hs

#### Hospital Muñiz

Uspallata 2272 -  
Consultorios Externos  
4304.2180, interno 222 -  
Consultorios Externos,  
Sala 17, 4304-3332