

Retiran alimentos congelados asociados con un brote en Europa



Más de 100 lotes de productos congelados de 12 marcas a la venta en góndolas del país fueron elaborados con más de 520.000 kilogramos de granos de maíz importados desde diciembre pasado de la planta de Hungría de la empresa Greenyard. Esa materia prima está asociada con un brote de listeriosis en cinco países de

Europa que causó por lo menos nueve muertes, de acuerdo con las autoridades regulatorias europeas.

La bacteria responsable de esa enfermedad de transmisión alimentaria, *Listeria monocytogenes*, provoca síntomas como fiebre, diarrea, decaimiento, dolores o rigidez muscular. La infección afecta más gra-

vemente a las embarazadas, los recién nacidos, los adultos mayores y las personas con el sistema inmunológico debilitado. De acuerdo con los Centros de Control y Prevención de las Enfermedades de los Estados Unidos, el consumo de alimentos contaminados con listeria puede inducir el parto prematuro o el aborto espontáneo.

Se trata de 128 lotes que Nutrifrost, Compañía Industrial Frutihortícola y Frío Polar elaboraron para las marcas locales Cifsa, Arganic, Aro, Día, Erin, Jumbo, La Anónima, Molto, Nelo, Maglia, Carrefour y Great Value.

La Anmat les solicitó a las empresas “el retiro inmediato y preventivo” de esos productos. ■

EN NUESTRO PAÍS

Poner el foco en los más chicos, la estrategia que disminuirá los problemas cardiovasculares

Una campaña nacional de la Federación Argentina de Cardiología busca conocer los hábitos de los niños en edad escolar para trazar un panorama de cara al futuro.

■ Los chicos no son una población a la que se tenga en cuenta cuando se habla del preocupante crecimiento de la enfermedad cardiovascular y sus temidas consecuencias: el infarto de miocardio, la obstrucción coronaria y el ACV. Sin embargo, es el cuidado de la salud cardiovascular en la infancia lo que hará que esa epidemiología, que hoy es el principal problema de salud en el mundo entero, decrezca en la futura población adulta.

“La única forma de disminuir los factores de riesgo cardiovascular es lograr que los chicos lleguen a la vida adulta con buenos hábitos arraigados: no fumar, tener una buena alimentación y realizar ejercicio físico”, sintetizó Adrián D’Ovidio, médico cardiólogo y presidente de la Federación Argentina de Cardiología (FAC).

Mientras que Sandra Romero, médica cardióloga y especialista en Hemodinamia, consideró que “si logramos modificar esos hábitos, mediante el diálogo, buscando maneras eficaces de intervenir, indagando en sus costumbres para poder hacer que se comprometan con un cambio hoy, vamos a tener menos factores de riesgo en la población a futuro”.

Sin embargo, agregó Romero —quien es además presidente del Comité de Cardiopatías Congénitas de FAC— “en cada lugar de nuestro país los hábitos de los niños son muy diferentes a pesar

de que la tendencia al incremento de la obesidad y el sedentarismo se mantenga”.

LA CAMPAÑA

Por eso, la FAC lanza este año a través de su Comité de Cardiopatías Congénitas, una campaña nacional para el relevamiento de los factores de riesgo en escuelas primarias.

Según explicó Analía Molteni, titular de la Secretaría de Prensa y Difusión de la FAC, “de un pequeño test divertido muy fácil de responder, que nos permitirá disponer de un muestreo de unos 120 chicos como mínimo en cada provincia”. Esta encuesta se pondrá en marcha en las escuelas donde algunos de los especialistas de la FAC brindarán charlas informativas y de concientización sobre hábitos saludables y prevención de factores de riesgo para toda la comunidad educativa.

“La idea es desarrollar acciones sobre la prevención basados en un registro actual de la realidad de nuestros niños, porque ese es el período sobre el que tenemos que actuar, ya que una vez que los hábitos están instalados en la vida adulta es mucho más difícil solucionar el problema”, señaló Jorge Camilletti, médico especialista en Cardiología, cardiólogo nuclear y vicepresidente 2° de la FAC.

EL SEDENTARISMO

Estudios a nivel de la OMS



Deportes y actividad física. El movimiento es algo innato y los niños “entrenan” de manera natural a través del juego.

ponen al sedentarismo como la cuarta causa de muerte a nivel mundial, y en la Argentina, según la última Encuesta Nacional de Factores de Riesgo, se estima que

38.000 personas por año de entre 40 y 79 años mueren por causas relacionadas con la falta de actividad física.

Paula Quiroga, cardióloga especialista en Rehabilitación Cardiovascular hizo hincapié en otra de las aristas principales por donde tomar este complejo problema: “El movimiento es algo innato y los niños ‘entrenan’ de manera natural a través del juego, pero los chicos de hoy están mucho más limitados en sus movimientos que los de las generaciones anteriores”, indicó.

La consecuencia es un creciente sedentarismo que se ve reflejado en el aumento de las tasas de sobrepeso a edad temprana y detección precoz de diabetes adquirida: “El problema es qué hacemos los adultos frente a esto, entonces, iniciativas como los quioscos saludables y el aumento de las horas de Educación Física en algunas escuelas, son ini-

ciativas interesantes, pero lo cierto es que también los adultos estamos inmersos en el problema de la falta de tiempo y de lugar”, agregó.

A veces las evaluaciones predeportivas también funcionan como limitantes de la actividad física, porque se piden demasiados estudios para certificar que el niño está en condiciones de realizar actividad física, cuando en realidad, sostiene: “Lo que está demostrado a nivel internacional es que si el niño no tiene soplo, ni ningún tipo de síntomas ni antecedentes de muerte súbita en la familia, es muy raro que tengamos algún problema y basta con un buen examen físico”.

Para saltar la soga, jugar a la mancha, o andar en bicicleta no es necesario tomar tantas precauciones como si el niño fuera a correr una maratón: “Estamos limitando demasiado la posibilidad de que un niño juegue”, sintetizó la experta. ■

ACTIVIDAD FÍSICA, JUEGOS Y MOVIMIENTO

Las estrategias de planificación de la actividad física varían con la edad. Los niños en edad escolar por lo general se aburren con las actividades prolongadas, y basta con breves períodos variados de juego intenso (correr, andar en bicicleta), pero a partir de la entrada en la adolescencia, por ejemplo, el movimiento

intenso ya no forma parte de la actividad natural del juego.

Para el caso de los más chicos, llevarlos a la plaza o al parque siempre representa una saludable alternativa al sedentarismo. La Asociación Estadounidense del Corazón (AHA) aconseja que todos los niños mayores de 5 años realicen por lo menos 60 minutos de actividad física de inten-

sidad entre moderada y alta todos los días.

La actividad física regular ayuda a controlar el peso, fortalece los huesos, incrementa la autoestima y la confianza y mejora la salud cardiovascular, ya que reduce la presión arterial, aumenta la cantidad de HDL o «colesterol bueno» en la sangre y reduce los niveles de estrés.