



LA INGESTA DE VITAMINA D AYUDA A MANTENER UNA BUENA SALUD ÓSEA



La ingesta de vitamina D ayuda a fijar el calcio en los huesos y mantener una buena salud ósea, según conclusiones presentadas en el XV Encuentro Nacional de Salud y Medicina de la Mujer (SAMEM 15). Para el doctor Nicolás Mendoza, profesor del Departamento de Obstetricia y

Ginecología de la Universidad de Granada, que participó en SAMEM 15, la vitamina D es esencial para garantizar y regular el correcto funcionamiento de multitud de funciones en el ser humano, sobre todo las relacionadas con el adecuado desarrollo y mantenimiento de la

masa ósea. "Está íntimamente relacionada con los mecanismos de mejora de la biodisponibilidad del calcio, y conjuntamente con otros nutrientes, como la vitamina K, contribuye de manera decisiva a lograr su absorción y fijación en el hueso". Según un estudio publicado en la revista The Bone & Joint Journal, "la insuficiencia de vitamina D ha mostrado ser un factor de riesgo para las fracturas vertebrales por fragilidad tanto en hombres como en mujeres". A pesar de ello, advierte el doctor Mendoza, "la ingesta de vitamina D es inadecuada en España y se conoce que, a consecuencia de ello, hay una mayor frecuencia de enfermedades cardiovasculares, metabólicas y osteoporosis en mayores de 50 años como también, y de manera más concreta, en mujeres adultas".

NUEVO SITE PARA DAR A CONOCER LA PSORIASIS

AbbVie presenta un nuevo espacio digital, www.psoriasis.es, para dar a conocer la psoriasis, facilitar su diagnóstico y mejorar la calidad de vida de las personas que la padecen. Esta nueva web proporciona al paciente herramientas para obtener información individualizada sobre todos los aspectos y pasos a seguir en el adecuado manejo de la enfermedad. De esta manera, a través de cinco preguntas, el paciente obtendrá unas pautas personalizadas sobre su psoriasis, accediendo a las explicaciones de un dermatólogo.

Asimismo, la nueva página web, psoriasisAC-TUA, proporciona información sencilla y muy

concreta sobre cómo ayudar a los pacientes a mejorar su calidad de vida. El formato ordenado y la estructura del site facilitan el acceso y la búsqueda de información; además los contenidos visuales apoyados en videos e infografías complementan las explicaciones y consejos.

Por otro lado, esta plataforma incluye información relevante sobre la artritis psoriásica, la patología más asociada a la psoriasis, una enfermedad que añade dolor, inflamación y dificultad de movimiento de las articulaciones. Estudios recientes demuestran que hasta el 30% de los pacientes con psoriasis pueden desarrollar artritis psoriásica.

UNA EMPRESA ESPAÑOLA LANZA EL PRIMER PROGRAMA INTEGRAL CONTRA EL ACOSO ESCOLAR

La empresa española Nesplora, con el aval del Ministerio de Industria, Energía y Turismo, ha desarrollado el primer programa integral en español para la prevención de conductas relacionadas con el acoso escolar o bullying. El programa Monité consta de cuatro ejes: un videojuego, al que se puede acceder a través de Internet; manuales para padres, que, por primera vez, contarán con materiales específicos para trabajar con sus hijos, educadores y terapeutas; material complementario como vi-

deos y cuentos; y una página web para compartir experiencias y reforzar el aprendizaje. El primer videojuego en español contra el acoso escolar está dirigido a niños de entre 6 y 11 años y su objetivo es educar en la empatía y el respeto para la prevención de conductas que se producen en torno a las situaciones de bullying o acoso escolar. Estará disponible online desde el 16 de febrero hasta el 16 de marzo para pre-reserva en la web www.monite.org.



CARDIOPROTECCIÓN PÚBLICA DESDE LAS FARMACIAS

El proyecto 'Barcelona, ciudad cardioprotégida', que tiene el objetivo de instalar desfibriladores en las oficinas de farmacia para usarlos en caso de episodios cardíacos sobrevenidos y que ya cuenta con un centenar de farmacias participantes en Barcelona (www.lafarmaciacor.cat), se ha extendido a otros puntos del territorio, con la incorporación al mismo de seis farmacias de Reus (Tarragona), las tres de Cervera (Lérida) y la de Balsareny (Barcelona).

El programa fue puesto en marcha por la Asociación Barcelona Salud, la Fundación Brugada y la Asociación de Farmacias de Barcelona, con el apoyo del Departamento de Salud de Cataluña, el Ayuntamiento de Barcelona, el Servicio de Emergencias Médicas, la colaboración del Colegio de Farmacéuticos de Barcelona y el patrocinio de Ferrer y AXA Seguros.

Por lo que respecta a la instalación de desfibriladores en las

farmacias de Reus y de Balsareny, ha sido posible gracias a la distribuidora farmacéutica Alliance Healthcare, que ha sufragado la instalación y mantenimiento de los dispositivos. El propósito es extender la iniciativa al resto de Cataluña y, más allá, existe una voluntad por parte de los impulsores y administraciones de llevarla a otras ciudades de España. Para ello, cuenta con el apoyo del Ministerio de Sanidad.