



The Englewood Health Watch

El Observador de Salud de Englewood

a Newsletter Published by the Englewood Department of Health



Nelson Xavier Cruz, MS, MBA
Director, Health Services / Health Officer

Vol 4 No 3

Primavera 2011

Marzo / Abril / Mayo

Evento Público en el Departamento de Salud

Como parte de nuestra conmemoración de la Semana de la Salud Pública (del 4 al 10 de abril), el Departamento de Salud los invita cordialmente a un evento social abierto al público el martes, 5 de abril, de 5:00 p.m. a 7:30 p.m., cuyo tema este año será *“La Seguridad NO es accidental: lleve una vida sin lesiones”*. Visite nuestras renovadas oficinas, comparta sus inquietudes sobre la seguridad con nuestro personal y disfrute de un refrigerio liviano en compañía de sus vecinos.

Día Mundial de la Salud

Celebrado cada año el 7 de abril, el Día Mundial de la Salud fue propuesto en 1948 por los delegados de la primera Asamblea Mundial de la Salud y puesto en ejecución en 1950. Esta fecha no solo marca el aniversario de la Organización Mundial de la Salud (OMS) sino que llama la atención a las prioridades de la salud mundial. El tema de este año es *“La Resistencia Antimicrobiana”*. Es un llamado a todos los miembros de la OMS a enfocar su atención en este importante asunto y prevenir la aparición de microbios de alta resistencia, o súper bacterias, usando para ello las políticas de ejecución.

Los Antimicrobianos están en uso desde los 1940 y han reducido grandemente las enfermedades y las muertes causadas por enfermedades infecciosas. Suministrados correctamente, su valor es incalculable. De acuerdo con el Centro de Control y Prevención de Enfermedades (CDC, siglas en inglés), el uso de estos medicamentos es tan extenso y en ocasiones incorrecto, que los organismos infecciosos se han adaptado a ellos, reduciendo su efectividad. Algunos organismos pueden desarrollar resistencia a un agente antimicrobiano mientras que otros a múltiples agentes o clases de antimicrobianos. A estos se les denomina cepas multifarmaco-resistentes (MFR).

La resistencia Antimicrobiana es más frecuente en países donde no existen regulaciones para las recetas de Antimicrobianos y son fácilmente asequibles en las farmacias. El uso de antibióticos parece haber aumentado en especial en la industria de agricultura alimentaria – en el ganado y granjas avícolas, granjas porcinas, en criaderos de peces y apiarios – donde estos agentes se usan como promotores del crecimiento. Se estima que su uso en animales y peces es mayor de mil veces comparado con su uso en los seres humanos.

LA OMS espera concienciar a los gobiernos mundiales sobre el problema y de la necesidad de tomar cartas en el asunto. Los organismos multifarmaco-resistentes constituyen una grave amenaza global. La vida hoy en este mundo globalizado, donde la gente se moviliza de un continente a otro en menos de 24 horas, aumenta el riesgo de propagación global de las cepas multifarmaco resistentes, las que constituyen una grave amenaza. Tales cepas se han propagado internacionalmente. John Conly, profesor de medicina, Microbiología, enfermedades infecciosas y Patología de la Universidad de Calgary, en Canadá, dijo: *“Estamos fundamentalmente de nuevo en una era sin antibióticos”*.

El día Mundial de la Salud despertará conciencia sobre esta preocupante cuestión y lanzará una campaña para salvaguardar los logros alcanzados. La comunidad científica ha logrado importantes avances en los campos médicos y farmacéuticos, haciendo más asequible nuevas técnicas y nuevas medicinas para el tratamiento de condiciones médicas que, pocos años atrás, se consideraban mortales, como es el caso del VIH/SIDA. Es nuestra responsabilidad evitar poner en peligro estos avances para las generaciones futuras.

Los Patitos y Pollitos de Pascua Están Vinculados a la Salmonela

Los patitos y pollitos se regalan a los niños durante las pascuas y como un entretenimiento para cuidarlos y disfrutarlos al verlos crecer. Estos lindos animalitos son adorables pero son portadores silenciosos de un peligro: La *salmonela*. Este artículo pretende educarlo sobre el peligro de la *salmonela* y repasar la política de la ciudad de Englewood con respecto a las aves de corral.

La *Salmonela* es una infección severa que causa diarrea; la llevan en los intestinos las aves de corral y las aves acuáticas como el pato y el ganso. Los excrementos de estos animales contaminan tanto el área en que moran como la superficie entera del mismo animal. Los niños se exponen a contraer esta bacteria al tocar, cargar, besar o limpiar los excrementos que dejan los patitos o pollitos. La mejor manera de prevenir el contagio con la *Salmonela* es lavándose las manos siempre después de tocar a estos animalitos o las cosas donde éstos se hallen (las jaulas, los recipientes para la comida y el agua, etc.). Se debe evitar por completo que los niños besen a estas aves y supervisarlos siempre que estén cerca de estos animales.

La ciudad de Englewood tiene una ordenanza en contra del mantenimiento en el hogar de aves o de cualquier otro animal de corral – **Capítulo 4, artículo 2:** *“Ninguna persona, empresa o corporación podrá criar, tener, albergar o matar a ningún ave de corral, incluyendo, entre otros, a los pollos, patos, gansos, palomas o pavos, dentro de la ciudad [de Englewood].”* No solamente es ilegal tener estas aves pequeñas en el hogar, sino que su presencia presenta un riesgo elevado. Nosotros, en el departamento de Salud, les recomendamos encarecidamente que no mantengan estos animales en casa y que tengan en cuenta el alto riesgo de enfermedad al que se exponen. Esperamos que tanto usted como sus hijos tengan una feliz y saludable primavera.

Clínica de Vacunación Gratuita Contra la Rabia

El jueves 28 de abril, de 6:00 p.m. a 7:00 p.m., será la última oportunidad para obtener gratuitamente, del departamento de salud, las vacunas para su mascota. Se requiere la Licencia, si aún no la tiene, y se cobrará por pagar tarde la renovación de la Licencia (\$15.00 hasta el 1 de mayo – en este momento entrará en efecto el cargo máximo de \$20.00 por pagar tarde). Si usted ya no es dueño de su mascota, llame al Departamento de Salud al (201) 871-6503.

Creencias Falsas Sobre las Vacunas

Edward Jenner descubrió la vacunación hace ya 200 años. Durante la epidemia de viruela que devastó a Europa, Jenner inoculó a un hombre con el virus activo de la viruela para crear algún tipo de inmunidad y restringir así el curso mortal de la enfermedad.

El índice de vacunación ha declinado a la vez que han aumentado las enfermedades evitables con vacunas. En los Estados Unidos, en el 2006 y en el 2009, miles de personas, en el Medio Oeste y la Costa Este del país, contrajeron las paperas. Hasta enero de 2010, se había informado de un total de 1.521 casos, cuyos inicios se habían dado entre el 28 de junio de 2008 y el 29 de enero de 2010; un aumento sustancial por sobre los 179 casos documentados hasta el 30 de octubre de 2009. En California, una epidemia de tos ferina enfermó a 6.000 individuos desde el 1 de enero de 2010, con un saldo de 10 muertos.

Los padres de familia se han estado negando a inmunizar a sus hijos usando como base sus creencias religiosas, sus preocupaciones sobre la fiabilidad de las vacunas, la creencia de que las enfermedades prevenibles con vacunas no representan un grave peligro para la salud, y las creencias políticas de que la vacunación obligatoria es una intromisión del gobierno en su libre elección. Estas son preocupaciones válidas, temores y creencias que los profesionales de la salud pública deben tener en cuenta.

El Dr. Bruce Gellin, director de la Oficina del Programa Nacional de Vacunación, condujo una encuesta para evaluar el grado de conocimiento de los padres de familia sobre las enfermedades prevenibles con vacunas, las prácticas y políticas de inmunización. Los resultados revelaron que: 25% de los padres de familia cree que las demasiadas vacunas debilitan el sistema inmune; 23% cree que a los niños se les inmuniza más de lo necesario; 87% de los padres de familia cree que es un importante paso para mantener a los niños saludables. La mayoría cree que la vacunación es de gran beneficio para sus hijos pero su confianza se viene deteriorando por la información engañosa que reciben.

En 1998, Andrew Whitefield, el infame médico Británico, cuya publicación en "The Lancet" sugirió una relación entre las vacunas y el principio del autismo infantil, generó el movimiento anti-vacunación y le proporcionó a sus numerosos partidarios un brazo para atacar los esfuerzos del gobierno. Sus estudios han sido desmentidos, sus argumentos se han comprobado falsos y "The Lancet" retractó por completo sus artículos ya publicados. Sin embargo, ya había sembrado la semilla de la duda en la mente de muchos padres.

Ninguna vacuna es 100% efectiva. Las vacunas pasan por pruebas más rigurosas que los antibióticos y las vitaminas. Es un hecho comprobado que las personas que no se vacunan corren el riesgo elevado de contraer alguna enfermedad infecciosa. Esto se ha podido demostrar en numerosos estudios extensos – tomar la decisión de no vacunarse no nos libra de peligros.

Los padres de familia necesitan mirar tanto los riesgos como los beneficios. Se sabe que un niño podría ser seriamente afectado, inclusive morir, por causa de una de estas enfermedades. Con un descenso del 15% al 30%, la comunidad no estará protegida más por la "inmunidad colectiva", lo que puede provocar consecuencias devastadoras. No vivimos en una burbuja y nuestras decisiones afectan el bienestar de otros a través del mundo.

El Envejecimiento y Las Enfermedades

A medida que envejecemos, nuestro sistema inmunológico es menos efectivo en combatir las infecciones y nos volvemos más susceptibles a contraer enfermedades. La vacuna de la gripe u otras inmunizaciones podrían no funcionar tan bien y la habilidad del sistema inmunológico para detectar y corregir defectos celulares también declina, lo que puede aumentar el riesgo de cáncer. Hay otras condiciones que pueden contribuir a posibles infecciones tales como: cambios de sensación, inestabilidad al caminar y cambios en la estructura de la piel, todos los cuales pueden aumentar el riesgo de lesionarse creando heridas en la piel por donde las bacterias pueden entrar. También, la vida de los envejecientes con salidas frecuentes por motivo de viajes, las visitas a amistades y familiares, el uso de medicamentos y el comer con frecuencia en restaurantes, pueden aumentar la exposición a enfermedades y potencialmente llegar a contraerlas. Contraer una enfermedad o pasar por una cirugía puede debilitar aún más el sistema inmunológico, haciendo al cuerpo más susceptible a infecciones posteriores. Para proteger mejor nuestra salud a medida que envejecemos, los adultos mayores deben tomar medidas adicionales para prevenir y tratar las infecciones.

Mantener una buena salud como un adulto mayor requiere:

- Ejercicio y dormir adecuadamente
- Nutrición adecuada
- Evitar el fumar cigarrillo y el humo de segunda mano.
- Limitar el uso de bebidas alcohólicas
- Aumentar las medidas de seguridad para evitar caídas y otras lesiones
- Inmunizarse con vacunas contra: la gripe, la neumonía, culebrilla y el tétano.
- Cuidado en elegir, preparar y guardar los alimentos para evitar enfermedades transmitidas por los alimentos.
- Exámenes médicos preventivos y atención médica pronta a la primera señal de enfermedad.
- Lavado de manos frecuente como precaución general para evitar la proliferación de la enfermedad.
- Tomar medidas adicionales para conservar nuestra salud en los últimos años de nuestras vidas puede ayudar a evitar contraer enfermedades prevenibles y contribuir a un estilo de vida más placentero.

Fuentes:

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/seniorhealth.html>
<http://www.cdc.gov/ncidod/eid/vol17no2/strausbaugh.htm>

El Englewood Health Watch/El Observador de Salud de Englewood no tiene derechos de reproducción. Cualquier parte ó todas sus partes se pueden reproducir sin previo permiso. Sin embargo, se agradecerá el reconocimiento a la fuente. Las referencias a cualquier sitio del Internet se proveen como un servicio a los lectores del Englewood Health Watch/El Observador de Salud de Englewood, sin que esto constituya o implique un endoso a estas organizaciones o a sus programas por parte del Departamento de Salud de Englewood. El Departamento de Salud de Englewood no es responsable del contenido de las páginas que estos sitios presentan.