

Psicología

Derrame cerebral: mucho peor en las mujeres

Un estudio indica que las mujeres tienen peor calidad de vida que los hombres después de sufrir un derrame cerebral.

La investigación estadounidense, publicada en la revista Neurology, estudió la salud mental y física de 1.370 pacientes a los tres meses y un año después de haber sufrido un derrame cerebral.

Las mujeres presentaron mayor depresión y ansiedad, dolor y malestar, así como una movilidad más limitada que los hombres.

Los investigadores del Wake Forest Baptist Medical Center, de Carolina del Norte, estudiaron a pacientes que habían sufrido accidentes cerebrovasculares o ataques isquémicos transitorios (AIT), episodios también conocidos como "miniderrames".

La calidad de vida se calcula mediante una fórmula que evalúa la movilidad, el cuidado personal, las actividades cotidianas, la depresión o ansiedad, y el dolor.

A los tres meses después de padecer el incidente, las mujeres fueron más propensas que los hombres a reportar problemas de movilidad, dolor, malestar, ansiedad y depresión, con agravantes en quienes eran mayores de 75 años.

Después de un año, las mujeres aún tenían puntuaciones más bajas de calidad de vida en general que los hombres, pero la diferencia entre ambos era más pequeña.

Expertos de Reino Unido dicen que las mujeres tienden a padecer accidentes cardiovasculares a mayor edad que los hombres, y que por su edad pueden necesitar mayor cuidado.

Sin embargo, el estudio también señala que gracias a las mejoras en los tratamientos y la prevención, más personas sobreviven en la actualidad a un derrame cerebral que quienes lo sufrían hace 10 años.

Se necesita apoyo Cheryl Bushnell, directora de la investigación y experta en accidentes cardiovasculares y su prevención, aseguró que el estado de ánimo, la habilidad de moverse y sentir dolor

y malestar pueden empeorar la calidad de vida de las mujeres.

Bushnell dice que en general las mujeres tienen menos masa muscular que los hombres lo que hace más difícil la recuperación cuando sufren un derrame.

DOLOR DE CABEZA

El estudio fue llevado a cabo con 1.370 pacientes, de edades entre 56 y 77 años.

"Descubrimos que las mujeres tienen peor calidad de vida que los hombres hasta los 12 meses después del ataque", aseguró Bushnell.

"En la medida en que más personas sobreviven accidentes cerebrovasculares, los médicos y otros profesionales de la salud deben prestar atención a las cuestiones relacionadas con la calidad de vida y trabajar para desarrollar mejores intervenciones, desarrollar cuadros de género para optimizar las vidas de los pacientes", agregó.

Por su parte, Madina Kara, una neurocientífica de la Asociación de Derrames Cerebrales de Reino Unido, aseguró que el estudio muestra que a las mujeres les va peor que a los hombres después de un ataque de este tipo y dijo que "las razones para eso no son del todo claras".

"El estudio muestra que una mujer de más de 65 años tiende a vivir sola, un factor que contribuye a su reducida calidad de vida por falta del apoyo adecuado".

"Nosotros sabemos que las mujeres tienden a sufrir derrames cerebrales mucho más mayores que los hombres, lo que disminuye las posibilidades naturales de una recuperación."

"Lo que el estudio enfatiza es que las mujeres podrían no estar logrando el apoyo que necesitan para optimizar su calidad de vida", dijo Kara.

"Es esencial que todos los supervisores de accidentes cardiovasculares reciban el mejor cuidado y la atención de los servicios sociales y de salud para conseguir una mejor recuperación".

¿Expulsar al/a alumno/a por...?

Camilo Ramírez Garza

Es cosa sabida, que en los planteles educativos, tanto del sector público como del privado, la expulsión es un recurso disciplinario que se empuja ante ciertas situaciones que las autoridades educativas consideran como faltas graves al reglamento o códigos de conducta de dicha institución. El mensaje al alumno es claro y directo: "A partir de lo que hiciste no puedes permanecer como nuestro alumno". Entonces los padres de familia y su hijo/a se ven en la necesidad de peregrinar buscando nueva escuela que los acepte.

Consideremos una pregunta básica: ¿Sirve tal medida disciplinar? En caso de que alguien dijera: "Sí, claro que sirve". Podríamos entonces añadir, ¿Para qué sirve? ¿Para quién sirve? Respondiendo en tres aspectos: la institución, los padres y el alumno, podríamos decir que la primera, la institución, "se quita" un problema al dejar fuera sus filas al alumno que le ocasionaba problemas. Pero, ¿No es acaso la misión de la escuela educar, tanto en la transmisión de

conocimientos como en la enseñanza de valores? Alguien podría quizás argumentar, haciendo una apología de la figura de la expulsión: "Efectivamente, expulsar a un alumno/a es ya una puesta en funcionamiento de tal normatividad y enseñanza. Al hacer esto la escuela ha pronunciado una enseñanza invaluable, dando una consecuencia". Con lo cual se dirá "¡Expulsemos a todos los alumnos que no cumplen y/o aquellos que reúnen todos los reportes de todos los colores! Pues así es la vida afuera, etc. etc." Sin embargo, al tratarse de escuela inicial, kinder, primaria y secundaria, no estaríamos también dejando fuera, excluyendo al alumno, pasando "la papa caliente" de la problemática que como escuela no supimos entender ni tratar -o pretexto de que se hizo lo correcto al enviar al especialistas "psi" (psicólogo, psiquiatra, psicoanalista, psicopedagogo, etc.) y demás especialistas, como el ingeniero genético, el neurólogo, etc.- pero que no se pudo hacer nada, ¿No es acaso la expulsión un acto que revela que la escuela, sus programas y docentes, no pudieron hacer algo con la situación? Quizás para conocer a una

escuela y/o colegio convenga también que los padres sepan qué tipo de situaciones han vivido los expulsados en el pasado, cómo se han manejado esas situaciones, además de las instalaciones y programas extracurriculares. Ya que se corre el riesgo de quedar "seducidos" por el comercial de cualquier institución educativa que promueve su desarrollo integral, valores, etc...pero (en letras chiquitas) siempre y cuando no haya ningún problema con los alumnos, gracias a lo cual la educación suprime algo del objeto inmediato de su quehacer: educar. Dando el mensaje (lección) al alumno de "sí algo no se ajusta a lo que quieres, córtalo de tajo", en lugar de intentar desarrollar habilidades (flexibilidad, pensamiento crítico, etc.) para lidiar con las situaciones problemáticas de la vida, encontrando otras formas más incluyentes y menos intolerantes (violencia objetiva, Cfr. Zizek, S Sobre violencia: seis reflexiones marginales. Ed. Paidós) como contraparte de la violencia estructural que ciertas lógicas académicas ejercen sobre su alumnos.

http://columncamilo.jimdo.com

SORTEO MAYOR 3485 EN TRES SERIES
CON PREMIO PRINCIPAL DE \$18'000,000.00 DE \$ 6'000,000.00 CADA UNA

Lotería Nacional

LISTA OFICIAL DE PREMIOS, APROXIMACIONES, CENTENAS Y TERMINACIONES.

NÚMERO PREMIO	NÚMERO PREMIO	NÚMERO PREMIO	NÚMERO PREMIO	NÚMERO PREMIO	NÚMERO PREMIO	NÚMERO PREMIO	NÚMERO PREMIO	NÚMERO PREMIO	NÚMERO PREMIO	NÚMERO PREMIO	NÚMERO PREMIO	NÚMERO PREMIO	NÚMERO PREMIO	NÚMERO PREMIO	NÚMERO PREMIO	NÚMERO PREMIO	NÚMERO PREMIO
0000	0001	0002	0003	0004	0005	0006	0007	0008	0009	0010	0011	0012	0013	0014	0015	0016	0017

CONFIRMAR ESTE MONTO DE \$ 100,000.00 EN EL MOMENTO DEL BILLETE COMPLETO. SI SE MUEVE, OFERTAS Y MENOS EL MONTO DE CUALQUIERA DE LOS PREMIOS QUE APAREZCAN EN EL PRESENTE REPARTO.

M LA LETRA "C" INDICA APROXIMACIONES A LA CENTENA. / LA LETRA "T" INDICA TERMINACIONES. / LOS BILLETES DE ESTE SORTEO PRESCRIBEN AL AÑO.

A PARA LOCALIZACIÓN DE BILLETES ACUDIR A: PLAZA DE LA REFORMA No. 1, C. P. 06037 MEXICO, D. F. D. LLAMAR AL TELÉFONO 91487000.

Y AL EFECTUARSE EL PAGO DE LOS BILLETES PREMIADOS SE RETENDRAN LOS IMPUESTOS DE ACUERDO A LAS LETRAS VIGENTES DE LA MATERIA. (LOS RETENCIONES NO CAUSAN IMPUESTO).

O SI DESEA OBTENER INFORMACIÓN DE LOS RESULTADOS DE LOS SORTEOS POR VÍA TELEFÓNICA EN EL DISTRITO FEDERAL MARQUE LOS TEL. 4770-0196 Y DE PROVICINA LADA 01-800-7119188 SIN COSTO ALGUNO.

www.loteria.gob.mx

3485 DIRECTORA GENERAL: LIC. MA. ESTHER SCHERMAN LEANO. REPRESENTANTE DE LA SECRETARÍA DE GOBERNACIÓN: LIC. CLAUDIA LOZOTH GONZÁLEZ FLORES.

SORTEO MAYOR 3485 CELEBRADO A LAS 20:00 HRS. EL MARTES 11 DE FEBRERO DE 2014, EN MEXICO, D. F.

Nuevas tecnologías ayudan a conservar la lucidez mental

México, DF/NTX.-

El aprendizaje de las nuevas tecnologías ayuda a los adultos mayores a conservar un cerebro lúcido, pues están vinculadas con habilidades cognitivas, la atención y la memoria, destacó la directora de la asociación Mente en Forma, Alina Bassegoda.

De acuerdo con la directora de esa organización dedicada a acercar la tecnología a ese sector de la población, con ocuparse en seguir aprendiendo algo y hacer cosas intelectualmente desafiantes se van reuniendo reservas cognitivas.

"Es como un sistema de ahorro para el retiro, una forma de vida que nos permite compensar posibles deterioros en nuestro cerebro si llegamos a enfermar", explicó.

Por ello, recomendó a los adultos mayores incursionar en el aprendizaje de nuevas tecnologías, lo que además de favorecer la lucidez les proporcionará herramientas para ser individuos productivos e independientes.

En entrevista, refirió que de acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi), prácticamente 10 por ciento de la población del país pertenece a la tercera edad, y el porcentaje va en aumento.

Al advertir acerca de los problemas de salud implícitos en ese patrón demográfico, señaló que "para el año 2050, se prevé que haya tantas personas con demencias como hoy hay personas mayores de 59 años. Es de la mayor importancia hacer algo para mejorar estas perspectivas".

Por ello, insistió que el apren-

dizaje de las nuevas tecnologías favorece la capacidad de mujeres y adultos mayores para mantenerse económicamente activos, pero sobre todo les permite conservar un cerebro lúcido al aprender nuevas cosas.

"El uso de tecnología está vinculado directamente con determinadas habilidades cognitivas, como el pensamiento divergente, el pensamiento estratégico, la atención y la memoria", añadió.

Alina Bassegoda aclaró que aunque no hay evidencia de que padecimientos demenciales como el Alzheimer se puedan prevenir, sí existen numerosos casos de gente enferma que nunca muestra deterioro y se mantiene con lucidez durante toda la vida.

"Esta resistencia y flexibilidad del cerebro suele estar asociada con la estimulación cognitiva que esas personas han tenido a lo largo de la vida: los años de escolaridad, el número de idiomas que domina, su interacción con otras personas, etcétera", refirió.

Contrario a ello, comentó que mucha gente deja de utilizar determinadas habilidades, como la memoria, la concentración y la atención, cuando deja de estudiar o de trabajar.

"Podemos pasar décadas de nuestra vida sin aprender nada realmente nuevo, y eventualmente vamos perdiendo esas facultades que no usamos: nuestro cerebro ya no les dedica recursos", dijo.

De ahí que, insistió en la importancia de continuar con estudios y el aprendizaje de algo, como la tecnología, incluso cuando las personas son adultas.