

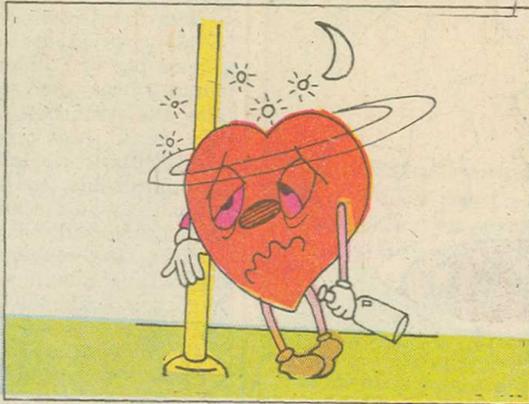
Cápsulas

Test

AL LECTOR

¿Qué cantidad de sal necesitamos para todo el día?

¿A qué edad se vacuna al niño contra el sarampión?



No al alcohol

Las bebidas alcohólicas son carcinógenas para el hombre. Esta es la sorprendente conclusión de un informe de 400 páginas sobre el consumo de alcohol publicado por el Centro Internacional de Investigaciones sobre el Cáncer (CIIC), de Lyon, Francia.

Preparado por 19 expertos internacionales, el informe concluyó que el consumo de bebidas alcohólicas guarda una clara relación causal entre los cánceres de la boca, la faringe, la laringe, el esófago y el

hígado. Los riesgos aumentan con la cantidad de alcohol y los fumadores están especialmente expuestos dado que a los efectos nocivos del tabaco se suman los del alcohol.

Jeringas nuevas

Para evitar el riesgo de que una infección siga propagándose cuando se pone una inyección es preciso usar no sólo agujas nuevas sino también jeringas nuevas, en cada oportunidad en que éstas se aplican. Si bien la creencia general es de que basta con que sea aguja nueva, desde los años cincuenta está pro-

bado que también la jeringa puede contaminarse. Anteriormente sólo existía el peligro de la hepatitis que podría adquirirse por contagio por ese medio, pero a ese peligro se ha agregado ahora el del temido Sida. Por eso ahora se recomiendan jeringas y agujas descartables.

Agua para la vida

El agua fresca y limpia es esencial para la vida. Pero la falta de hábitos sanitarios puede transformar el agua en un agente mortal.

En países en vías de desarrollo, enfermedades transmitidas por el agua como el cólera, la tifoidea, y la disentería matan cada día a miles de personas, y particularmente a los niños.

Hay que tener en cuenta, además, que aunque una fuente de agua esté sana, los ambientes contaminados y la falta de higiene pueden alterar su pureza causando la propagación de las enfermedades. Por eso es que se recomienda hervir por lo menos el agua para



los niños. Alergias e insectos

Diversos datos indican que las cucarachas provocan fiebre, asma bronquial, dermatitis y urticaria en individuos susceptibles a esas enfermedades. Este tipo de alergias también pueden presentarse por contacto directo o indirecto con estos insectos, o cuando se comen alimentos parcialmente consumidos por ellos y, también, cuando los agentes alérgicos entran en el organismo al morder el insecto al hombre.

Un mundo joven

Las deficiencias alarmantes en la atención de la salud en el mundo afectan a los más jóvenes y por obvias razones. Vivimos poblados por gente joven. Según las estadísticas la mitad de la población del mundo es menor de 25 años de edad y el 30 por ciento tiene entre 10 y 25 años de edad.

