

Principiantes

Lee el siguiente artículo

NUEVA YORK (Reuters Health) - Las personas que consumen ajo con la esperanza de protegerse de un resfrío común son más propensas a lograr mal aliento que a evitar resfriarse, halló un nuevo análisis de la escasa literatura científica disponible sobre el tema.

A los suplementos de ajo se les atribuye la capacidad de proteger a las personas de los resfríos y de recuperarse más rápido, pero las evidencias son escasas, señaló el equipo de Elizabeth Lissiman, de la University of Western Australia, en Crawley, en Cochrane Library.

Esta es una publicación de Cochrane Collaboration, que es una organización internacional que promueve la revisión sistemática de la investigación médica.

El equipo buscó en la literatura publicada ensayos comparativos del ajo con placebo, ningún tratamiento o terapia estándar, y halló sólo un estudio que reunía los criterios de calidad.

En ese ensayo, 146 personas recibieron al azar una dosis diaria de 180 miligramos de alicina (un componente del ajo) o placebo (una píldora inactiva), durante 12 semanas. En ese tiempo, el grupo tratado con ajo informó 24 casos de resfrío, a diferencia de 65 en el grupo de control.

Los consumidores de ajo estaban más enfermos durante menos tiempo total (111 frente a 366 días), pero recuperarse les llevó la misma cantidad de tiempo que al otro grupo.

Las personas tratadas con ajo se quejaron de erupciones y mal olor, pero el uso de los suplementos no provocó efectos secundarios graves.

Si bien esos resultados son positivos, el equipo opina que se necesitan más estudios para confirmar si realmente los suplementos de ajo previenen los resfríos.

FUENTE: Cochrane Database of Systematic Reviews 2009, número 3

Intermedios

Lee el siguiente artículo

SIDNEY (Reuters) - Las camas solares ahora se ubican junto con el cigarrillo, el arsénico y el asbesto en la lista de mayores amenazas de cáncer para los humanos, según reveló un grupo internacional que investiga la enfermedad.

La Agencia Internacional de Investigación del Cáncer (IARC por su sigla en inglés) movió a las camas solares, que emiten luz ultravioleta, a su máxima categoría de riesgo de cáncer y las etiquetó como "cancerígenas para los seres humanos", después de señalar que son más peligrosas de lo que se creía.

La entidad con sede en Francia, que es parte de la Organización Mundial de la Salud (OMS), había clasificado anteriormente a las lámparas y camas solares como "probablemente" cancerígenas para las personas.

La investigación, publicada en la última edición de la revista médica Lancet Oncology, reveló que el uso de camas solares podría aumentar el riesgo de desarrollar cáncer un 75 por ciento, particularmente en los niños y jóvenes.



"El riesgo de melanoma cutáneo aumenta un 75 por ciento cuando el empleo de dispositivos de bronceado comienza antes de los 30 años", señaló el informe.

El reporte del IARC llegó después de que científicos de nueve países se reunieran en junio para reevaluar los riesgos de cáncer que generan distintos tipos de radiación. La radiación solar es la principal fuente de exposición humana a los rayos ultravioletas (UV).

El IARC publica desde 1971 una serie de "Monografías sobre la Evaluación de los Riesgos Cancerígenos para los Humanos", también conocidas como enciclopedia de la OMS sobre cancerígenos, donde ubica a los agentes peligrosos en grupos del 1 al 4.

El grupo 1, donde ahora se encuentran las camas solares, también incluye el asbesto, el arsénico y los productos del tabaco.

La OMS ha establecido que no recomienda el uso de dispositivos de bronceado UV para fines cosméticos. Esas camas actualmente se fabrican con mayores niveles de UVB para imitar al sol y acelerar el proceso de bronceado.

Algunos países y estados de Estados Unidos regulan esa industria multimillonaria, a veces prohibiendo el uso de estos dispositivos a los adolescentes o requiriendo el consentimiento de los padres o del médico.

También suele estar ordenado en algunos lugares que se indique el peligro que implica la exposición para la salud.

Avanzados

Lee el siguiente artículo

MEXICO (AP) - El golpe en Honduras ha mostrado los límites del poder de Hugo Chávez en la región, ya que Latinoamérica ha depositado sus esperanzas en Washington para que resuelva la odisea.

El presidente venezolano puso sus fuerzas armadas en alerta y declaró que el gobierno interino de Honduras "debe ser derrocado", pero un mes después del golpe no sólo ha fracasado en tratar de reponer a su amigo Manuel Zelaya, sino que ha fortalecido la oposición al depuesto presidente.

Mientras los militares que hace un mes expulsaron a Zelaya a punta de pistola se niegan a ceder, aun Chávez se halló deseando que Barack Obama hiciera algo.

Chávez dio al depuesto Zelaya el uso de un avión venezolano _al que los militares hondureños impidieron aterrizar_, su canciller como compañero de viaje y las cámaras de la televisión estatal venezolana para proyección pública.

Sin embargo, cuando Zelaya necesitó ayuda para volver al poder viajó a Washington y no a Caracas.

Estados Unidos, que condenó el golpe, reclutó al Premio Nobel de la Paz Oscar Arias, hoy presidente de Costa Rica, para buscar una solución. Las conversaciones fracasaron cuando el gobierno interino hondureño de Roberto Micheletti se negó a permitir el retorno de Zelaya al poder.

Zelaya está acampado en la frontera de Nicaragua con Honduras para mantener la presión internacional sobre el gobierno de Micheletti, algo que la secretaria de estado norteamericana Hillary Clinton calificó de imprudente.



Zelaya acusó a Clinton de renegar de su apoyo e insiste diariamente ante Washington en que tome medidas más enérgicas contra los líderes del golpe. El Departamento de Estado norteamericano revocó el martes las visas diplomáticas de cuatro de ellos y dijo que estaba revisando las visas de todos los funcionarios del gobierno interino.

Mientras tanto, Chávez ha limitado su acción a instar a los hondureños a que se amotinen para reponer a Zelaya, aun cuando las protestas a favor del líder depuesto han sido reducidas. En cambio, el presidente venezolano ha calificado a los líderes golpistas de "gorilas" y a Micheletti de "goriletti".

Este no es el papel que Chávez había avizorado desempeñar.

En una década en el poder, ha usado la riqueza petrolera de su país y su visión de un continente unido libre del "imperialismo estadounidense" para cultivar un papel de liderazgo más allá de las fronteras venezolanas.

Chávez ha proporcionado un modelo regional para prolongar el mandato presidencial y gobernar por plebiscito para contrarrestar la elite política y comercial que han gobernado durante mucho tiempo _y todavía tienen en propiedad_ gran parte de Latinoamérica.

Por cierto, fue el intento de Zelaya por llevar a cabo una votación similar _ignorando una orden de la Corte Suprema de cancelarla_ que la oposición esgrimió para arrestarlo y echarlo del país. Los oponentes acusan a Zelaya de querer usar un plebiscito constitucional para prolongar su mandato al estilo de Chávez, lo que Zelaya negó.

Zelaya, un ranchero acaudalado elegido en 2005 de las filas empresariales hondureñas, pudo haberse aliado con Chávez por motivos tanto financieros como ideológicos.

El programa Petrocaribe de Chávez dio crudo a Honduras a cambio de un pago a largo plazo y muy bajo interés. El ALBA de Chávez, de nueve naciones, al que Zelaya se unió el año pasado, dio a Honduras 300 millones de dólares en ayuda, que la oposición se queja de que Zelaya nunca rindió cuentas.

Los declinantes precios del petróleo han disminuido el alcance internacional de Chávez y en todo caso la ayuda que suministra Venezuela palidece en comparación con el dinero que llega desde el Norte.

El comercio entre Honduras _el cuarto país más pobre del continente_ y Estados Unidos supera los 7.000 millones de dólares anuales. Los hondureños que viven en Estados Unidos enviaban remesas por unos 2.500 millones de dólares por año antes de la actual crisis económica. En total, esas cifras representan más de una quinta parte de la economía hondureña.

La izquierda latinoamericana ha querido que Washington se apartara de la región, después de una historia caracterizada más por el respaldo a los golpes que a su resolución. Obama fue elogiado por decir que Estados Unidos debía ser un socio igualitario en Latinoamérica.

Sin embargo, el poderío económico de Washington _y no la generosidad de Chávez_ es la mejor esperanza de Zelaya para regresar a la presidencia.

El gobierno de Obama suspendió más de 18.000 millones de dólares en asistencia militar y al desarrollo. Si cortara el comercio o las remesas, devastaría la economía hondureña.

"Estados Unidos podría terminar esto en un segundo si impusiera sanciones enérgicas", opinó Mark Jones, politólogo en la Universidad de Rice.