



Grupo de
Dermatología
Pedro Jaén

Núm. 02 Primavera-Verano 2011

LÁSER FRAXEL DUAL

*El sistema más revolucionario
de rejuvenecimiento facial*

DIAGNÓSTICO Y PREVENCIÓN DEL CÁNCER DE PIEL

*Las técnicas
con mejores resultados*

AVANCES EN DERMATOLOGÍA CLÍNICA

*Con las técnicas
más novedosas*

EL HOSPITAL UNIVERSITARIO RAMÓN Y CAJAL VA POR DELANTE

'PEELINGS' QUÍMICOS

*Una piel más tersa
y luminosa*

COMER BIEN PARA DORMIR MEJOR

LUIS ROJAS MARCOS

*"La depresión es el peor enemigo
del optimismo porque nos roba
la esperanza"*

Kate Winslet

6 acciones rejuvenecedoras.
Un nuevo referente en el cuidado global de la mirada.

RÉNERGIE YEUX

MULTIPLE LIFT

2 FÓRMULAS - 6 ACCIONES VISIBLES

Inspirado en las últimas tendencias del rejuvenecimiento de la mirada, Lancôme inventa Rénergie Yeux Multiple Lift:

1ª fórmula: Eleva los párpados, reafirma la piel y reduce las arrugas. Enriquecido con el complejo GF-Volumenty, inspirado en la investigación de los factores de comunicación celular.

2ª fórmula: Inspirado en las BB bases asiáticas, esta "textura iluminadora sin materia", con un tono universal, actúa en sinergia con la 1ª fórmula para reducir visiblemente las ojeras, desinflar las bolsas e iluminar la mirada al instante.

6 acciones visibles. Comprobado: su mirada visiblemente rejuvenecida.

Descúbralo en lancomespain.com

Resultados visibles*:

1. Atenúa ojeras : 64%
2. Desinfla bolsas : 68%
3. Ilumina la mirada : 82%

4. Eleva párpados : 76%
5. Reafirma la piel : 72%
6. Reduce arrugas : 68%



LANCÔME
PARIS

06

Equipo

GRUPO DE
DERMATOLOGÍA
PEDRO JAÉN

08

Avances

AVANCES EN
DERMATOLOGÍA
CLÍNICA

16

Prevención

DIAGNÓSTICO Y
PREVENCIÓN DEL
CÁNCER DE PIEL

20

Terapias

NUEVAS
TERAPIAS

22

Máster

UN MÁSTER CON
MUCHO FUTURO

24

Entrevista

LUIS ROJAS
MARCOS

28

Reportaje

EL HOSPITAL
UNIVERSITARIO
RAMÓN Y CAJAL
VA POR DELANTE

32

Belleza

EL GUSTO
MASCULINO
POR LAS CREMAS

36

Técnicas

'PEELINGS'
QUÍMICOS

38

Moda

JUANA MARTÍN

40

Novedad

NUEVO SISTEMA DE
RADIOFRECUENCIA
THERMAGE

42

Motor

CAMPEÓN
EN LARGA
DISTANCIA

44

Salud

COMER BIEN
PARA DORMIR
MEJOR

46

Reportaje

OBJETIVO: SUAVIZAR
ARRUGAS Y EXPRESIONES
POCO ESTÉTICAS

50

Entrevista

MARILÓ
MONTERO

54

Cirugía

LA CIRUGÍA
DEMOHS

56

Última generación

LÁSER
FRAXEL DUAL

58

Bienestar

MANERAS DE VIVIR:
SALIR FUERA

60

Hi-tech

DERMOMAP HD

62

Belleza

INVESTIGANDO
LA PIEL

68

Moda

MIGUEL PALACIO
PARA
HOSS INTROPIA

74

Ocio

HOTEL ROYAL
HIDEAWAY
PLAYACAR

76

Compromiso

LA FUNDACIÓN
REALMADRID

© L'ORÉAL PARIS

Bienvenidos

En vuestras manos, una nueva entrega de la revista del Grupo de Dermatología Pedro Jaén. En sus páginas, seguimos haciendo un esfuerzo divulgativo, para acercarles las últimas novedades en el cuidado y tratamiento de la piel. En nuestro centro nos congratulamos de disponer de las últimas tecnologías de solvencia contrastada para la salud dermatológica. Algunas de esas técnicas merecen nuestra atención en este número: terapia fotodinámica —que ha desplazado a la cirugía en el tratamiento de cánceres cutáneos superficiales y lesiones premalignas—; la última generación de láser fraccional —el sistema más revolucionario de rejuvenecimiento facial—; la dermatoscopia y microscopia confocal; la cirugía de Mohs —ofrece los mayores porcentajes de curación

de los cánceres de piel de peor pronóstico—; el sistema de radiofrecuencia Thermage —tecnología pionera en España para quitar años a la piel—... Lo último de lo último. Pero nuestros especialistas tienen muy clara una cosa: la salud de la piel empieza por uno mismo, por la protección y los cuidados que incorporemos a nuestra rutina.

En esta edición de la revista compartimos con todos ustedes la satisfacción que nos provoca la creación de nuevas consultas en nuestro centro médico, el aumento del número de quirófanos para cirugía de Mohs y la creación de una unidad de investigación. Y no queremos dejar de mencionar que el doctor Pedro Jaén es el director del I Máster en Dermatología Estética de la Universidad de Alcalá.

En la medida de lo posible, intentamos estar en la primera línea de la adquisición de nuevo conocimiento. Por ejemplo, con el Dermomapp HD, la primera aplicación que ayuda al diagnóstico de patologías cutáneas. El equipo de Grupo de Dermatología ha creado este *soft-*

ware, muy útil para médicos de familia, farmacéuticos y otros profesionales. Dermomapp HD ha logrado el puesto número uno en descargas médicas en España para los *tablets* iPad y iPhone de Apple.

Nuestro equipo también está comprometido con los que menos tienen. Por eso ayudamos sobre el terreno a los albinos tanzanos, cuya falta de melanina les lleva a tener graves problemas de salud en la piel. Su causa gana nuevos apoyos: la Fundación Realmadrid, consciente del problema, creará una escuela sociodeportiva para los niños albinos, que sufren una enorme marginación en el país africano.

Y queremos compartir con ustedes el orgullo por el reconocimiento al doctor Sergio Vañó, uno de nuestros especialistas, por el premio Sanitas al mejor médico MIR de España en 2010. El premio es otorgado por representantes del Consejo Nacional de Especialidades en Ciencias de la Salud y los ministerios de Sanidad y Educación, así como de la Fundación Sanitas.

Bienvenidos a la revista del Grupo de Dermatología Pedro Jaén



EQUIPO MÉDICO DEL GRUPO DE DERMATOLOGÍA PEDRO JAÉN



DR. PEDRO JAÉN
DERMATÓLOGO



DR. MANUEL FERNANDEZ LORENTE
DERMATÓLOGO



DR. LUIS RÍOS
DERMATÓLOGO



DRA. CRISTINA GARCÍA-MILLÁN
DERMATÓLOGA



DRA. MÓNICA GONZÁLEZ SÁNCHEZ
RADIÓLOGA



DRA. ISABEL ALDANONDO
DERMATÓLOGA



DR. LUIS RIERA
CIRUJANO VASCULAR



DRA. MARÍA TERESA GARATE
DERMATÓLOGA



DRA. ROSA DEL RÍO REYES
DERMATÓLOGA



DR. SALVADOR GONZÁLEZ
DERMATÓLOGO



DR. SERGIO VAÑÓ
DERMATÓLOGO



DRA. MARÍA TERESA BARAHONA
NUTRICIONISTA



DR. ANTONIO HARTO
DERMATÓLOGO



DRA. BIBIANA PÉREZ
DERMATÓLOGA

AVANCES EN DERMATOLOGÍA CLÍNICA

EN GRUPO DE DERMATOLOGÍA TRATAMOS LAS ENFERMEDADES DE LA PIEL CON LAS TÉCNICAS MÁS NOVEDOSAS. EL OBJETIVO ES MEJORAR LA SALUD CUTÁNEA Y, AL MISMO TIEMPO, LA CALIDAD DE VIDA DE LOS PACIENTES, ALTERADAS POR PATOLOGÍAS COMO LA PSORIASIS, EL VITÍLIGO, EL ACNÉ Y EL MELASMA. *Por Dr. Sergio Vañó*

Las enfermedades de la piel pueden deteriorar la calidad de vida ya que, además de las molestias que pueden producir, presentan un inconveniente que otras enfermedades no tienen: son visibles. En Grupo de Dermatología damos prioridad a ofrecer a nuestros pacientes los tratamientos más novedosos y que han demostrado su efectividad con evidencias científicas. Dentro de este grupo de patologías, realizaremos una breve descripción de cuatro de las más frecuentes: psoriasis, vitiligo, acné y melasma.

PSORIASIS

Estamos ante una enfermedad inflamatoria crónica, frecuente, que se manifiesta con lesiones rojizas escamosas, preferentemente en codos, rodillas y cuero cabelludo. Puede afectar a uñas y articulaciones.

La prevalencia estimada es del 1-3% de la población. La etiología es multifactorial y no se conoce por completo. Existen factores genéticos hereditarios conocidos, con varios desencadenantes medioambientales documentados.

Hombres y mujeres padecen la enfermedad por igual. Es más frecuente entre los hermanos y los descendientes de las personas afectadas. Comienza a cualquier edad, aunque el inicio precoz implica un curso clínico más grave y menos estable.

A muchos pacientes les afecta a las uñas. Una pequeña parte de los pacientes con psoriasis cutánea presentan afectación de las articulaciones, entidad conocida como artropatía psoriásica.

El impacto psicosocial y la afectación de la calidad de vida pueden ser muy importantes.

HALLAZGOS CUTÁNEOS

La extensión y la gravedad de la enfermedad son muy variables. La presentación clínica más común es en forma de lesiones rojizas con descamación adherente blanquecina, asintomáticas o con discreto picor, localizándose sobre todo en codos, rodillas, nalgas y cuero cabelludo (forma clínica llamada psoriasis en placas). La afectación de los pliegues o de las mucosas es menos frecuente.

Existen formas de buen pronóstico como la psoriasis en gotas, que típicamente aparece en forma de lesiones más pequeñas. Afecta a adolescentes o niños que han pasado una faringitis. Esta forma de psoriasis tiende a remitir y a no hacerse crónica.

También existen formas más severas, como la eritrodermia psoriásica (enrojecimiento de toda la superficie corporal) y la pustulosis generalizada (aparición de granitos blancos por toda la piel). Otra presentación clínica de la psoriasis puede ser la pustulosis palmo-plantar (aparición de estos granitos blancos sólo en palmas y plantas).

El diagnóstico se efectúa clínicamente, pudiendo realizarse biopsia cutánea que confirmaría el diagnóstico en caso de duda.

TRATAMIENTO

Existen múltiples terapias en el tratamiento de la psoriasis.

Las formas leves suelen manejarse con tratamientos tópicos, como los corticoides tópicos, los derivados de la vitamina D tópicos (calcipotriol, tacalcitol) o los retinoides tópicos (tazaroteno). Es aconsejable la hidratación de la piel con emolientes y, si las lesiones presentan descamación gruesa, se puede aplicar alguna sustancia para ayudar a eliminarla (queratolíticos como el ácido salicílico).

En formas un poco más extensas puede recurrirse a la fototerapia (tratamiento con radiación ultravioleta de manera controlada). Existen dos formas de fototerapia: la terapia PUVA, en la que se combina un fotosensibilizante (psoraleno) con radiación ultravioleta A, y la terapia con UVB-be (ultravioleta

B de banda estrecha). Suelen ser necesarios tratamientos de 3-4 sesiones a la semana, durante 3-4 meses. La fototerapia puede combinarse con tratamientos tanto tópicos como sistémicos. En la actualidad predomina el tratamiento con radiación ultravioleta B de banda estrecha, por su alta efectividad y mejor perfil de efectos secundarios que la terapia PUVA. Hoy se comercializan lámparas de uso médico de ultravioleta B de banda estrecha, para que el paciente haga el tratamiento de forma cómoda en casa (siendo necesarios sólo unos segundos o pocos minutos de tratamiento 3-5 días en semana).

En formas severas, extensas o que no han respondido a los anteriores tratamientos, estarían indicadas las terapias sistémicas. Disponemos de varias alternativas:

Acitretino. Es un retinoide oral eficaz en el mantenimiento de la psoriasis, habitualmente bien tolerado. Produce sequedad de piel, se debe controlar la función hepática con analíticas y, lo más importante, es nocivo para el feto en caso de gestación, por lo que nunca se debe administrar a pacientes embarazadas. En caso de administrarse a mujeres

Las enfermedades de la piel crean molestias y son visibles, lo que perjudica la calidad de vida y relaciones sociales de los pacientes

en edad fértil, debe acompañarse de anticoncepción.

Metotrexato. Es eficaz para tratar tanto la psoriasis cutánea como la artropatía psoriásica. Como efectos adversos, puede producir molestias digestivas y afectar al hígado. También es nocivo para el feto, por lo que nunca se administrará a las embarazadas.

Ciclosporina. Fármaco muy eficaz para controlar rápidamente un brote. Requiere controles analíticos. Exige controles de tensión arterial y de la función renal de manera periódica.

Tratamientos biológicos. Son unos modernos fármacos (infiximab, etanercept, adalimumab, ustekinumab) que actúan disminuyendo la inflamación a nivel de las lesiones. Son fármacos que suelen utilizarse de segunda o tercera línea. Como efectos adversos, pueden aumentar la incidencia de infecciones, por lo que antes del tratamiento deben realizarse numerosos estudios complementarios.

La elección de uno u otro tratamiento depende de la forma clínica y peculiaridades de cada paciente. **PJ**



VITÍLIGO

Es una enfermedad caracterizada por la despigmentación adquirida de la piel como consecuencia a la desaparición de los melanocitos epidérmicos. Afecta al 1% de la población general y, aunque puede manifestarse a cualquier edad, la mitad de los casos comienza antes de los 20 años.

Se considera una enfermedad autoinmune y como tal puede asociarse a otras, como la alopecia areata o alteraciones del tiroides. Es frecuente su asociación también a la dermatitis atópica.

La distribución de las lesiones puede seguir varios patrones:

Focal. Mancha única o en unas pocas localizaciones concretas.

Segmentario. Las manchas se distribuyen en un solo lado del cuerpo.

Generalizado. Es la distribución más frecuente. Las lesiones aparecen repartidas de manera difusa por todo el cuerpo.

Acrofacial. Las lesiones aparecen en la región peribucal (alrededor de la boca) y en extremidades (dedos de manos y pies).

Universal. Las lesiones ocupan toda o prácticamente toda la superficie del cuerpo.

El vitiligo supone un importante impacto social y psicológico para el paciente, y puede limitar su capacidad para alcanzar una vida normal. Este motivo justifica la necesidad de intentar medidas terapéuticas, aunque la respuesta al tratamiento es muy variable.

CÓMO SE MANIFIESTA

Se caracteriza por lesiones acrómicas de bordes bien delimitados sin descamación. La forma es redonda u oval con bordes cóncavos (cuando son convexos, indican repigmentación). Las lesiones

suelen ser simétricas, localizadas sobre pequeñas o grandes articulaciones (manos, codos, rodillas y maléolos). Es típica la afectación periorificial. Las lesiones localizadas en labios se suelen acompañar de otras de localización acral (dedos de manos y pies).

El diagnóstico suele realizarse clínicamente, a simple vista o mediante el examen con la luz de Wood; en casos seleccionados, puede ser necesaria la biopsia cutánea para confirmar la ausencia de melanocitos. En caso de sospecha de otra enfermedad autoinmune, se pedirán las pruebas complementarias oportunas.

El vitiligo en determinados pacientes puede plantear un reto terapéutico. Se ha intentado la repigmentación mediante el uso de esteroides o inmunomoduladores (tópicos y sistémicos) con resultados discretos. También se emplean, con una eficacia bastante limitada, los psoraleños en combinación con sesiones de luz UVA. Se recomienda el uso sistemático de fotoprotectores (factor superior a 30), ya que la ausencia de melanina en las zonas hipopigmentadas aumenta la susceptibilidad a lesiones por la radiación solar. En algunos casos de vitiligo generalizado o universal, se propone la despigmentación de las zonas sanas residuales para mejorar el aspecto estético.

En la actualidad se están obteniendo buenos resultados con radiación ultravioleta B de banda estrecha, sobre todo en el vitiligo que afecta a cara y cuello. Hoy se comercializan lámparas de uso médico de ultravioleta B de banda estrecha, para que el paciente realice el tratamiento de forma cómoda en casa

Caracterizada por la despigmentación adquirida de la piel, esta enfermedad afecta al 1% de la población y, aunque puede manifestarse a cualquier edad, la mitad de los casos comienza antes de los 20 años

(siendo necesarios sólo unos segundos o pocos minutos de tratamiento unas tres veces por semana). Hay estudios científicos en los que se demuestra que UVB de banda estrecha (311 nanómetros) tiene actividad sinérgica con los inmunomoduladores (tacrolimus, pimecrolimus), y los índices de repigmentación en cara y cuello que se consiguen con estos tratamientos es superior al 80%.

OTROS TRATAMIENTOS

FUVA (fenilalanina por vía oral y UVA). Estaría indicado el tratamiento en vitiligos no estables tanto en niños como en adultos. Existen resultados contradictorios respecto a su eficacia terapéutica.

Extracto de *Polypodium leucotomos*. La repigmentación en cabeza y cuello de los pacientes con vitiligo vulgar puede mejorar añadiendo al tratamiento estándar la administración de *Polypodium leucotomos* oral.

Tratamiento quirúrgico. A la hora de tratar los vitiligos estables se intenta la proliferación de melanocitos desde los bordes o llevarlos mediante diferentes técnicas quirúrgicas (injertos epidérmicos autólogos, trasplantes de cultivos de melanocitos). **PJ**



ACNÉ

Se trata de una enfermedad de la piel caracterizada por la inflamación crónica de las glándulas sebáceas, especialmente en la cara y en la espalda. A pesar de no ser una enfermedad grave, puede afectar en gran medida la calidad de vida del paciente. Un tratamiento precoz evitará secuelas graves desde el punto de vista estético.

Las lesiones de acné son variadas, pudiendo aparecer desde pequeños granos rojizos en la cara, hasta lesiones profundas como quistes y nódulos tanto en la cara como en los hombros. Las lesiones del acné se clasifican en inflamatorias y no inflamatorias; las lesiones inflamatorias son las pápulas (granos rojizos), pústulas (granos blanquecinos) y nódulo-quistes (lesiones profundas). Las lesiones no inflamatorias son los comedones abiertos (puntos negros o espinillas) y los comedones cerrados (puntos blancos).

El diagnóstico del acné es fundamentalmente clínico. A veces puede ser de utilidad un estudio analítico y hormonal.

Para formas de acné leve, existen múltiples tratamientos tópicos de efectividad moderada (peróxido de benzoilo, eritromicina, clindamicina, ácido azelaico, tazaroteno). Para formas moderadas-severas, el tratamiento más utilizado es la isotretinoína, un retinoide oral muy efectivo que suele requerir tratamientos de varios meses.

Para obtener una curación sin cicatrices, en Grupo de Dermatología aplicamos, en paralelo a los tratamientos anteriores, técnicas basadas en las tecnologías:

- a) Láser de colorante pulsado,
- b) Terapia fotodinámica.

Con la aplicación de estas técnicas de dermatología clínica, acortamos o evitamos la duración de tratamientos orales, evitando

al máximo la aparición de cicatrices y la cicatrización en su caso.

Su uso combinado con otros tratamientos para el acné consigue resultados espectaculares, al acortar el tiempo de tratamiento. Se disminuye rápidamente la inflamación y se logra una curación sin cicatrices. **PJ**

Un tratamiento precoz del acné logrará evitar secuelas graves desde un punto de vista estético

MELASMA

Derivado del griego *melas*, que significa negro, *melasma* es el término utilizado para describir una hiperpigmentación de color castaño, localizada en la cara. Son máculas distribuidas de forma simétrica e irregular, que pueden fundirse con la piel normal o bien presentar un límite preciso. Aunque no respeta raza ni sexo, es más frecuente en mujeres de origen hispano y habitantes de países tropicales. Algunos hombres padecen este problema, con las mismas características clínicas que las mujeres, aunque se observa historia familiar en el 70% de los casos.

En su génesis influyen los anticonceptivos orales, el embarazo y el uso de cosméticos, y factores genéticos y endocrinos. Es evidente que la luz solar desempeña un papel importante. Así se explicaría la localización electiva en zonas fotoexpuestas y su reversibilidad, en muchas ocasiones, durante el invierno.

Existen tres patrones clínicos de melasma: **Patrón centroracial.** Afectando mejillas, frente, labio superior y mentón. Es el observado en la mayoría de los casos. **Patrón malar, mejillas y nariz.** Es el segundo en orden de frecuencia.

Patrón mandibular. Afectando sólo rama mandibular. Es el menos frecuente.

El diagnóstico se realiza clínicamente. La exploración con luz de Wood puede ser de ayuda para valorar la profundidad del pigmento.

TRATAMIENTO

El tratamiento del melasma es complicado y, a menudo, requiere tratamientos combinados que muchas veces no alcanzan el resultado deseado.

Es importante tener en cuenta una serie de medidas generales:

Fotoprotección. Es obligado el uso de pantalla solar antes de iniciar cualquier tratamiento específico y continuarlo después. Las pantallas solares físicas son más efectivas que las químicas. Probablemente una de las medidas más importantes en el tratamiento del melasma es evitar el sol. Es necesario insistir en que si no hay una adecuada fotoprotección el tratamiento no sirve.

Camuflaje cosmético. No debemos olvidar la importancia de los cosméticos como camuflaje. El paciente familiarizado con estas técnicas puede disimular trastornos

El tratamiento del melasma es complicado y, a menudo, requiere tratamientos combinados que muchas veces no alcanzan el resultado deseado

de pigmentación localizados o utilizarlos como tratamiento complementario.

Evitar agentes irritantes o potencialmente alérgicos. Pueden producir reacciones de hipersensibilidad retardada con consecuencias cosméticas importantes, que incluyen desde la hiperpigmentación postinflamatoria a la depigmentación irreversible.

Dentro del tratamiento específico del melasma encontramos diferentes opciones:

Agentes despigmentantes con cremas que contengan hidroquinonas. Es recomendable el uso nocturno de estas sustancias.

Cremas con otros productos. Entre éstos nos encontramos con la tretinoína, el ácido azelaico o el ácido kójico.

Láser. En la actualidad han aparecido varios estudios científicos que muestran efectividad de los láseres fraccionados en el tratamiento del melasma. Para tratar el melasma, estos láseres deben ser empleados a bajas potencias, sin producir heridas ni costras. La periodicidad recomendada entre las sesiones de láser es de 30-60 días, y tienen acción sinérgica con los productos despigmentantes que empleamos para eliminar el melasma. **PI**



DIAGNÓSTICO Y PREVENCIÓN DEL CÁNCER DE PIEL

*Dos novedosas técnicas: la dermatoscopia
y la microscopía confocal.*

Por Dr. Sergio Vañó, Dr. Manuel Fernández y Dr. Salvador González

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el cáncer de piel es el más frecuente en los seres humanos. En concreto, el melanoma es el más preocupante porque se trata del cáncer de piel de peor pronóstico

y de uno de los cánceres más agresivos que existen, en algunos estudios, con cifras comparables de mortalidad al de páncreas o cerebro. En los últimos años se ha producido un gran aumento en el número de casos de melanoma, que

está alcanzando proporciones epidémicas. El problema sanitario es de mayor índole si tenemos en cuenta que es una enfermedad que también afecta a las personas jóvenes y de edad media. De hecho, entre los 30 y 49 años, el me-

lanoma cutáneo es el segundo cáncer en prevalencia. Cada vez, por tanto, es más necesario contar con unidades especializadas dotadas de la tecnología de última generación para realizar un diagnóstico seguro y precoz.

La incidencia del cáncer de piel va en aumento, en gran parte debido a una exposición solar demasiado intensa y no controlada sobre la piel. Sin embargo, hay una serie de factores que juegan un papel importante en el desarrollo de tu-

moraciones cutáneas. Los pacientes más susceptibles de desarrollar un melanoma son aquellos que tienen muchos lunares (más de 50), personas de fototipo claro (piel y ojos claros), personas que han sufrido quemaduras solares (es especialmente grave cuando ocurren antes de los 14 años de edad) o que realizan actividades frecuentes y trabajos al aire libre, así como aquellos que presen-

tan antecedentes familiares o personales de cáncer.

Es necesario, por tanto, valorar de forma precoz cualquier lesión sospechosa y realizar un seguimiento médico de los lunares. Para ello, hoy en día disponemos de dos novedosas técnicas de diagnóstico precoz del cáncer de piel: la dermatoscopia y la microscopía confocal. ¹⁷

MICROSCOPIA CONFOCAL: UN PASO HACIA EL FUTURO EN EL DIAGNÓSTICO PRECOZ DEL MELANOMA Y OTROS TUMORES

La microscopía confocal es un moderno dispositivo que permite ver la estructura de la piel en profundidad y de forma no invasiva, por lo que es una excelente herramienta de diagnóstico precoz del cáncer de piel.

El microscopio láser confocal es básicamente un microscopio óptico que incluye como fuente de luz un láser y un sistema electrónico que ayuda a la captación de imágenes. Así se consigue, por un lado, un aumento en la resolución y, por otro, la obtención de imágenes de secciones ópticas extremadamente finas. Se elimina así la interferencia que produce la luz que llega de los diferentes campos ópticos de todo el grosor de la muestra que se observa, consiguiendo de esta manera que el enfoque se realice sobre un único plano (confocal).

En la práctica, se obtienen imágenes transversales de una determinada lesión cutánea (similar a lo que sería un escáner en otras partes del cuerpo). Se pueden ana-

lizar sus células y estructuras de una forma no invasiva, lo cual es útil en la distinción entre benignidad y malignidad de una determinada lesión.

Con la microscopía confocal hemos demostrado que podemos visualizar los márgenes de cualquier lesión proliferativa de las células en vivo con una excelente exactitud, en tiempo real y con precisión histológica. La microscopía confocal tiene múltiples aplicaciones en dermatología y sirve ya de guía y seguimiento, incluyendo las biopsias y la cirugía micrográfica de Mohs.

Esta revolucionaria técnica permite analizar la evolución dinámica de cualquier patología de la piel con un excelente nivel de precisión y, a diferencia de otras técnicas, como las biopsias, permite hacerlo en tiempo real. Podemos identificar estructuras en la dermis al momento, obteniendo una información precisa y oportuna para conseguir un acertado diagnóstico y establecer

un plan terapéutico personalizado. En determinados casos, permite incluso evitar la biopsia de piel, técnica más incómoda para el paciente. También permite al dermatólogo conocer con gran exactitud cuál es la reacción de la piel ante cualquier tratamiento.

Entre sus múltiples aplicaciones, permite analizar los lunares detectando alteraciones de la estructura que a simple vista sería imposible detectar. Ello permite realizar un diagnóstico exacto y en fases mucho más precoces que con la mera exploración visual. De esta forma, para lesiones precancerígenas detectadas de manera precoz podemos aplicar terapéuticas no quirúrgicas como la terapia fotodinámica y realizar un seguimiento continuado y preciso con microscopía confocal. En aquellos casos donde está indicada la alternativa quirúrgica, la microscopía confocal guía la intervención de forma que se dañe la menor cantidad de tejido con las mayores garantías de curación posible.

DERMATOSCOPIA DIGITAL: LA FORMA MÁS SEGURA DE SEGUIMIENTO DE LUNARES

La dermatoscopia, o microscopía de la epiluminiscencia, es una técnica no invasiva de diagnóstico de lesiones cutáneas (preferentemente lunares y lesiones tumorales, sobre todo melanoma) con la que se visualizan las lesiones con gran aumento. Así se puede distinguir una serie de estructuras imposibles de ver a simple vista.

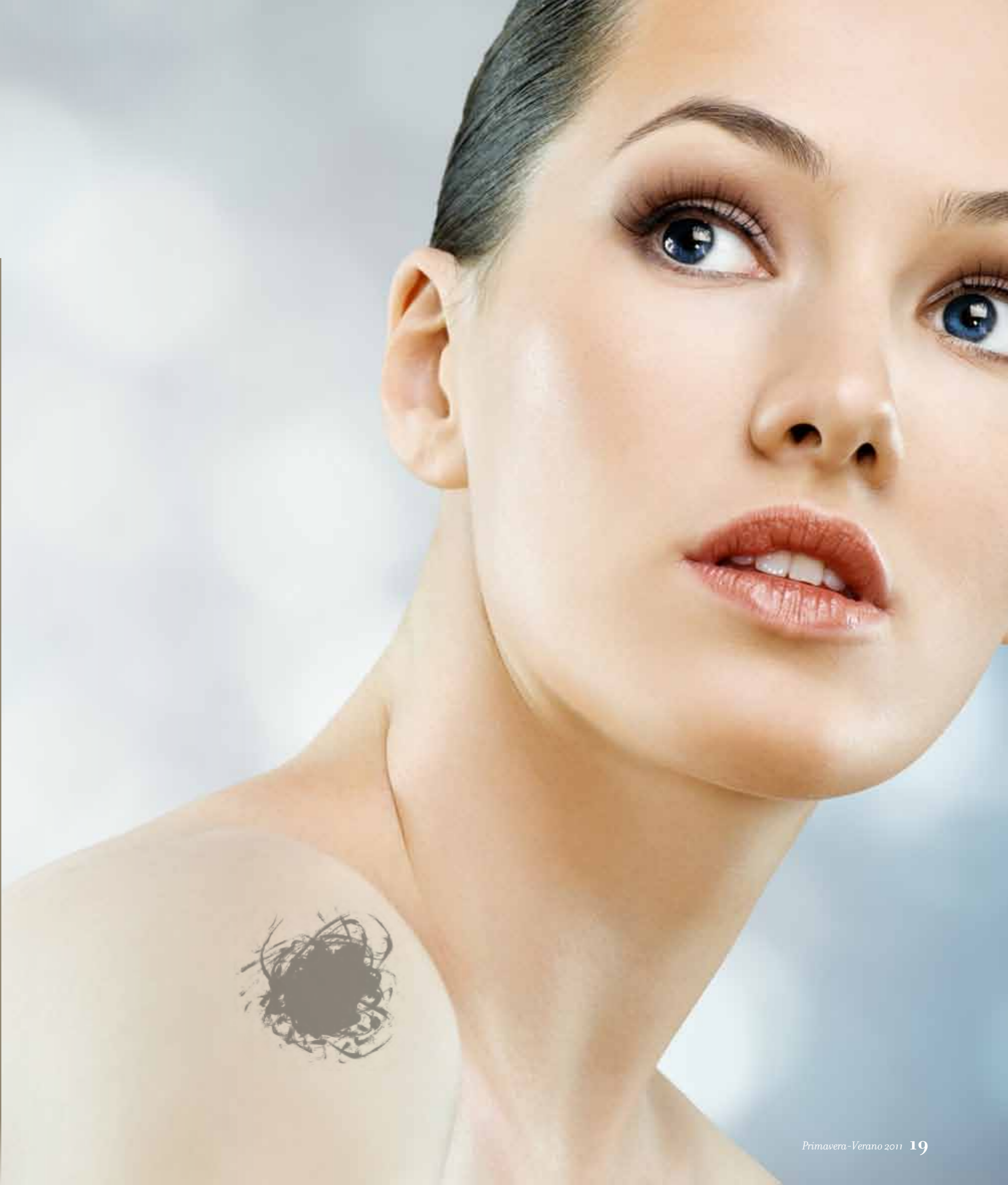
El aparato utilizado es el dermatoscopio, que emplea un sistema de magnificación de las lesiones con una luz incidental que transilumina la piel y permite un aumento de 10X-50X. Un dermatoscopio permite observar la piel con mayor precisión y es una herramienta de gran utilidad para diferenciar la benignidad o malignidad de una determinada lesión.

La dermatoscopia es hoy la técnica más precisa y sencilla en el diagnóstico del melanoma cutáneo. Gracias a su desarrollo en los últimos años, y a que no es invasiva, se ha convertido en la técnica más importante en el diagnóstico precoz del melanoma.

Se recomienda al menos una evaluación anual de los lunares mediante dermatoscopia, para su control. Tras la visita, el dermatólogo decide si es necesario realizar un mapeo mediante dermatoscopia digital, que puede considerarse la forma más precisa de seguimiento de los lunares y detección precoz de lunares atípicos o melanomas.

Al respecto, el doctor Manuel Fernández Lorente dice: "El examen con dermatoscopia digital es rápido, indoloro y de alta precisión diagnóstica, estudiando los lunares de la piel de forma sistemática y evitando muchas veces la realización de biopsia".

Por su parte, el doctor Sergio Vañó Galván apunta: "La dermatoscopia ha supuesto una auténtica revolución y se ha convertido en una herramienta imprescindible para el diagnóstico del cáncer de piel".





NUEVAS TERAPIAS

La terapia fotodinámica ha desplazado a la cirugía en el tratamiento de cánceres cutáneos superficiales y lesiones premalignas. Por Dr. Sergio Vañó

Las lesiones pretumorales y el cáncer cutáneo se relacionan con la acción acumulativa de los rayos solares que recibe la piel cada día. Durante nuestra vida acumulamos muchas horas de exposición solar, con el consiguiente riesgo de aparición de precancerosis y de tumores cutáneos. Con un diagnóstico y tratamiento precoz, estas lesiones pueden curarse completamente, por lo que son recomendables las revisiones dermatológicas periódicas.

Existen tres tipos principales de cánceres cutáneos: el carcinoma basocelular –también llamado epiteloma basocelular–, el carcinoma epidermoide (con su ‘antecesor’, la queratosis actínica) y el melanoma.

Afortunadamente, la mayoría de cánceres de piel se curan completamente. En concreto, el cáncer cutáneo más frecuente, el carcinoma basocelular, suele consistir en una pequeña tumoración de la piel que crece lentamente y que no se extiende por la sangre (no produce metástasis). Dada su baja agresividad, en determinadas ocasiones es posible realizar un tratamiento diferente a la cirugía, menos invasivo, y con mejor resultado estético. Se trata de la terapia fotodinámica.

UNA TÉCNICA INNOVADORA

La terapia fotodinámica consiste en una nueva forma de tratar la piel dañada por el sol y el cáncer de piel. Es una de las grandes aportaciones de la comunidad científica a la lucha contra el cáncer cutáneo, concretamente en el tratamiento de los epitelomas basocelulares, enfermedad de Bowen y lesiones premalignas, como las queratosis actínicas. Esta técnica mínimamente invasiva ha desplazado a la cirugía en el tratamiento de cánceres cutáneos superficiales y lesiones premalignas.

Es una modalidad terapéutica basada en la aplicación de un fotosensibilizante de forma selectiva en determinadas células o tejidos tumorales. Al ser iluminadas con una luz y con la dosis adecuada, dichas células resultan destruidas sin apenas dejar cicatriz. Por tanto, se trata de una nueva herramienta para tratar el cáncer de piel con menores molestias para el paciente y con un mejor resultado estético.

La técnica es sencilla. El día del tratamiento se retiran las costras de la lesión, se aplica la crema y se deja cubierta durante dos o tres horas, según el tipo de fotosensibilizante empleado. Durante este periodo, el paciente puede volver a su casa o al trabajo. A su regreso a la consulta, se retira la crema y se procede a iluminar la zona a tratar durante unos 10 minutos. En la mayoría de los casos se requiere una o dos sesiones de tratamiento. De forma excepcional pueden requerirse sesiones adicionales.

Durante la aplicación de la luz, el paciente puede sentir picor, ardor, calor o dolor, que se alivian con el uso de aire frío, agua fría en aerosol, o algún anestésico de uso local. Después del tratamiento puede aparecer inflamación, costras y piel bronceada, que mejorarán durante los días siguientes. Debe evitarse la exposición solar en la zona durante 48 horas, ya que durante este periodo el área tratada es sensible a la luz. El paciente puede ducharse normalmente.


La terapia fotodinámica muestra claras ventajas respecto a otras alternativas terapéuticas

para la patología oncológica cutánea, como es la poca invasividad, la alta selectividad terapéutica, el excelente resultado cosmético final, la gran seguridad y la baja tasa de efectos adversos. Asimismo, esta técnica permite tratar múltiples lesiones de forma simultánea. Por sus características, es un procedimiento apropiado para personas en que la cirugía esté desaconsejada, ya sea por edad o por enfermedades (cardiopatía, trastornos de la coagulación, etc). O en aquellas personas con múltiples tumores, como es el caso de los pacientes trasplantados, dado que permite su tratamiento de forma menos agresiva.

REJUVENECIMIENTO FOTODINÁMICO

La terapia fotodinámica es un moderno tratamiento del cáncer de piel. Permite tratar de una forma selectiva las precancerosis y los cánceres cutáneos superficiales, con un excelente resultado estético.

Como efecto colateral beneficioso de la terapia fotodinámica, se ha comprobado que puede producir un efecto rejuvenecedor de la piel. La reacción fotodinámica tiene un potente efecto antienvjecimiento, estimula la producción de colágeno, protege las células de los daños oxidativos externos y disminuye manchas, venas dilatadas y arrugas.

Recientemente, esta técnica con fines cosméticos se está utilizando para lograr una piel de aspecto más rejuvenecido y mejorar su salud, ya que se eliminan al mismo tiempo las células dañadas por el sol, previniendo la aparición del cáncer de piel. 

Entre otras ventajas, la terapia fotodinámica es poco invasiva, segura y selectiva, y tiene una baja tasa de efectos adversos

UN MÁSTER CON MUCHO FUTURO

El doctor Pedro Jaén es el director del I Máster en Dermatología Estética de la Universidad de Alcalá. Por Dr. Sergio Vañó

Las clases tienen lugar entre enero y diciembre de 2011

Los profesores son los especialistas con mayor experiencia en el campo de la dermatología

El I Máster en Dermatología Estética ofrece al dermatólogo una formación global en este campo. La base del máster es el conocimiento teórico y práctico de todas las modalidades de tratamientos estéticos. La cuidada selección del profesorado, entre el grupo de especialistas con mayor experiencia en el campo de la dermatología estética, garantiza una formación completa y actualizada.

El doctor Jaén es el director del I Máster en Dermatología Estética de la Universidad de Alcalá. Los codirectores son Melchor Álvarez de Mon, Francisco Camacho, Julián Conejo-Mir, José Carlos Moreno y Jorge Soto. Otros dermatólogos del Grupo de Dermatología impartirán ponencias durante el máster (doctor Fernández Lorente, doctor Ríos, doctor González, doctora Aldanondo, doctor Riera, doctor Sabán, doctora Sánchez y doctor Vañó). El máster está teniendo lugar entre enero y diciembre de 2011 en las instalaciones del Hospital Ramón y Cajal y en el Hospital San José USP.

Durante el máster se analizan detenidamente diversos temas relacionados con la dermatología estética: patologías, toxina botulínica, rellenos, *peelings*, terapia tópica, láser, radiofrecuencia, criolipólisis, confocal, terapia fotodinámica, terapias biológicas, flebología, *antiaging*, cirugía, tricología, técnicas de camuflaje, gestión de la consulta privada y aspectos legales, y comunicación en dermatología.

El máster está avalado por la Universidad de Alcalá, por la Academia Española de Dermatología y Venereología (AEDV) y por el Grupo Español de Dermatología Cosmética y Terapéutica (GEDCT) de la AEDV.

Tras el desarrollo de los primeros módulos del máster, a principios de 2011, el grado de satisfacción de los asistentes es elevado, destacando la calidad de los contenidos ofrecidos y el alto índice de aprovechamiento que realizarán de los conocimientos adquiridos en su vida profesional. ■

“LA DEPRESIÓN ES EL PEOR ENEMIGO DEL OPTIMISMO PORQUE NOS ROBA LA ESPERANZA”

Luis Rojas Marcos, profesor de Psiquiatría de la Universidad de Nueva York y escritor

UNO DE SUS ÉXITOS EDITORIALES FUE EL LIBRO *LA FUERZA DEL OPTIMISMO*. ¿QUÉ PAPEL JUEGA ESTA CUALIDAD EN LA PERPETUACIÓN DE LAS RELACIONES HUMANAS?

Es uno de los más importantes, sin duda. Una evidencia contesta la pregunta: las personas que explican con estilo optimista los sucesos que les afectan tienden a gozar de relaciones más estables y duraderas que las que lo hacen de un modo pesimista. Eso significa que el estilo optimista de enjuiciar los conflictos minimiza el impacto de los contratiempos, busca el lado positivo de las crisis, nos protege del autocastigo. En definitiva, anima a encontrar una solución al problema, lo que en el marco de las relaciones es de vital importancia.

¿CÓMO DEFINIRÍA EL OPTIMISMO?

Sería la tendencia a ver los aspectos positivos de la vida y de nuestro entorno, una actitud que se proyecta en las tres formas que tenemos de interpretar el tiempo: cómo vemos el futuro —la esperanza—, cómo vemos el pasado —nuestra autobiografía— y cómo vivimos el presente, el día a día.

DENOS LA FÓRMULA MAGISTRAL PARA SER UN POCO MÁS OPTIMISTAS...

Hay una mente que piensa y otra que siente, todo en el cerebro, y hoy sabemos que ambas están relacionadas. La gente que se siente bien tiene buenos recuerdos. Sentimientos y pensamientos son coherentes. Por lo tanto, para fomentar un estado positivo, o bien aumentas tus

momentos de satisfacción con la vida en el día a día, incorporando al programa de vida de cada uno las cosas que generan satisfacción, o bien examinas cómo piensas, cuestionando tus explicaciones. Todos tenemos explicaciones automáticas y, a menudo, son pesimistas.

APRENDER A SENTIR Y PENSAR EN POSITIVO ES UNA INVERSIÓN SUMAMENTE RENTABLE PARA GANAR LA BATALLA CONTRA EL PESIMISMO Y DESARROLLAR AL MÁXIMO LAS POSIBILIDADES DE VIVIR FELICES. ÉSA ES LA LECCIÓN QUE BRINDA ROJAS MARCOS (SEVILLA, 1943), EN SU CHARLA SOSEGADA Y EN ALGUNOS DE SUS LIBROS. SEVILLANO Y NEOYORQUINO DE PRO, Y UNO DE LOS PSIQUIATRAS MÁS PRESTIGIOSOS DEL MUNDO, NUNCA SE PLANTEÓ ESCRIBIR PARA SER LEÍDO. NO OBSTANTE, UN DÍA ACARICIÓ LAS LETRAS DEL TECLADO DE SU ORDENADOR Y, CON UN TRAQUETE SERENO Y PRÓXIMO, COMO SU VOZ, DESVELÓ LAS CLAVES PARA ENTENDER UN MUNDO CADA VEZ MÁS MUTABLE. EN ESTA ENTREVISTA, NOS REVELA ALGUNAS DE ESAS INCÓGNITAS Y TAMBIÉN SUS RESPUESTAS: LOS ESTRAGOS DE LA DEPRESIÓN, SU INFANCIA Y SU LUCHA CONTRA EL TDHA, LOS RESORTES PARA SUPERAR EL ESTRÉS POSTRAUMÁTICO, EL PODER DEL OPTIMISMO...

Por David Revelles / Fotos Óscar Elías

momentos de satisfacción con la vida en el día a día, incorporando al programa de vida de cada uno las cosas que generan satisfacción, o bien examinas cómo piensas, cuestionando tus explicaciones. Todos tenemos explicaciones automáticas y, a menudo, son pesimistas.

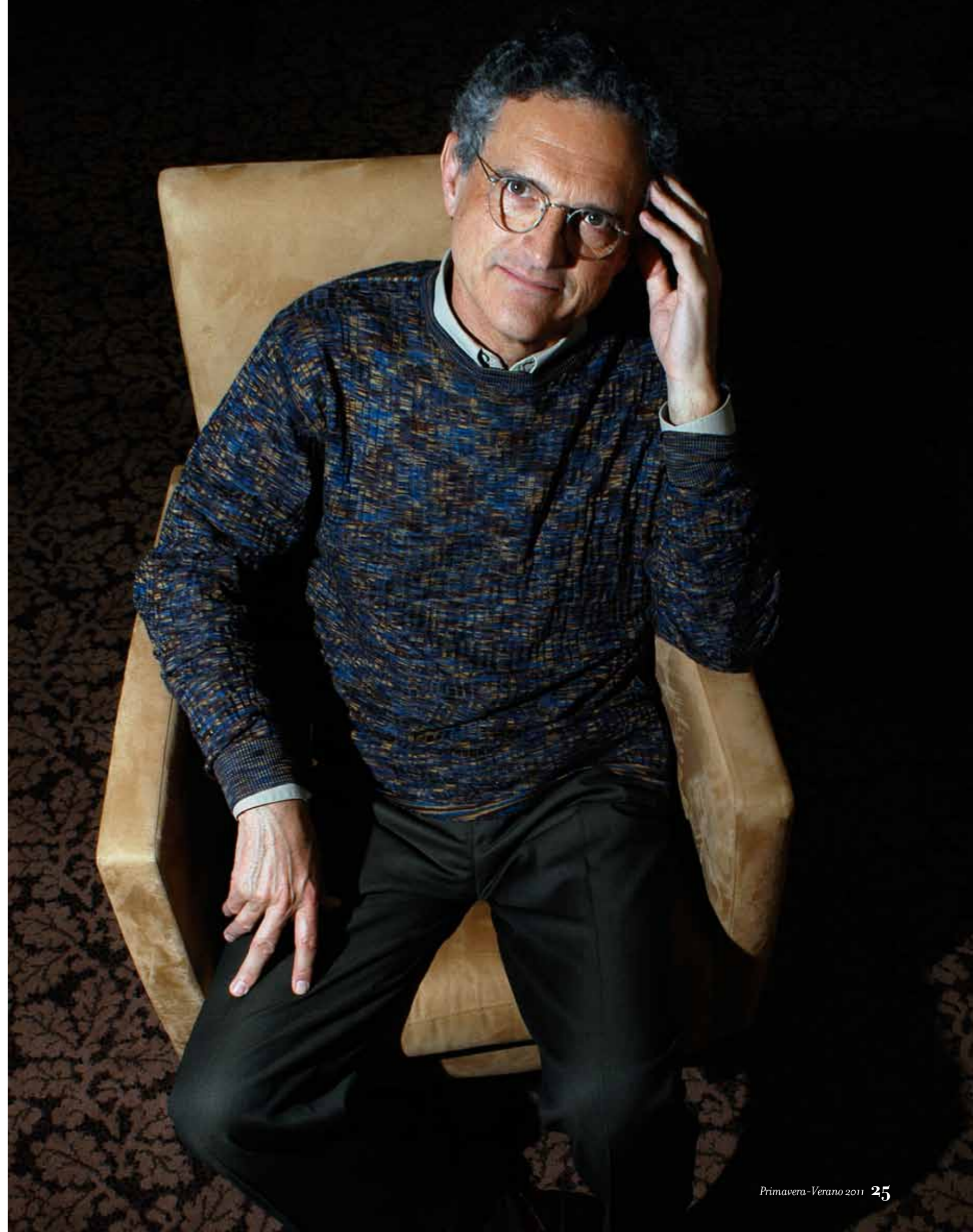
¿DÓNDE HA ENCONTRADO USTED LOS RESORTES PARA DISFRUTAR DE UNA VIDA SATISFACTORIA?

“El Titanic se hundió porque carecía de compartimentos estancos y el torrente de agua lo invadió completamente y destruyó sus entrañas”, escribía un cronista en 1912

en torno al hundimiento del famoso barco. Siguiendo este ejemplo, he diversificado mis parcelas, las he compartimentado, ya que la vida me ha demostrado que, si en un momento alguna área del vivir fracasa, aún quedan otras a las que aferrarse.

SU INFANCIA Y SU ADOLESCENCIA NO FUERON FÁCILES, SOBRE TODO AL TENER QUE BREGAR CON LO QUE HOY CONOCIMOS COMO EL TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD (TDHA). ¿NO ES CIERTO?

Era un niño hiperactivo, pero, claro, en 1943 eso del TDHA ni se presumía. Yo, con



Las personas que explican con optimismo los sucesos que les afectan tienden a gozar de relaciones más estables y duraderas que los pesimistas

7 y 8 años, era muy nervioso, siempre estaba moviéndome, inquieto. Un niño de esas características en el colegio era imposible, por lo que las monjas no podían conmigo. Cuando entro en el colegio de los jesuitas... pues era siempre carne de última fila porque siempre estaba moviéndome.

¿CÓMO AFECTABA EL TDHA A SUS ESTUDIOS?

Con 10 años cateé casi todas las asignaturas. Al llegar a los 14 años, en el bachillerato, de 8 asignaturas me suspenden en 5 y al final todas, hasta religión, lo que evidentemente no sentaba nada bien en mi familia. Un descalabro, vamos. Eso de catear estaba muy mal visto por parte de mi padre, una persona autoritaria. Claro, en mi familia a nadie se le ocurría que lo que a mí me pasaba tenía un nombre.

¿LO SUPERÓ?

Tuve mucha suerte porque me topé con el primero de los que yo llamo "ángeles anónimos", personas que me han ayudado en un momento dado, que han visto algo rescatable en mí. Mi madre fue uno de esos ángeles porque con ocho años notó que yo tenía buen oído para la música y me impulsó a tocar la guitarra y luego el piano. Claro, para un niño con TDHA es imposible aprender solfeo, no solo por la falta de atención, sino porque codificar las notas es un proceso mental complicado para este tipo de niños. Pero sí pude aprenderme de oído algunas piezas. Esa energía que tenía me ayudaba a ser muy persistente. Y eso me ayudó a dejar intacta mi autoestima.

UN ASPECTO MUY IMPORTANTE PARA NIÑOS CON ESTE TRASTORNO, ¿VERDAD?

Al cambiar de colegio a los 15 años, un colegio de cateados, tuve la suerte de caerle bien a la directora, doña Lolina, que con 16 años siempre me ponía en la primera fila y no en la última como era habitual en mí. Además, al haber cambiado de colegio empecé con una identidad diferente, ya no como un niño imposible. Empecé a ver los beneficios de estudiar aunque yo sabía que tardaba más que mis compañeros en aprender. No saca-

ba tan buenas notas como mis compañeros, pero empecé a aprobar. Y así fue cómo logré entrar en la Facultad de Medicina. Luego, la edad, el sentido común y la experiencia me han ayudado a saber canalizar la energía que siempre tuve de una forma constructiva.

¿QUÉ CONSEJO LE DARÍA A LOS PADRES QUE TIENEN NIÑOS CON TDHA?

Uno importante: muchos padres tienen dificultad a la hora de cambiar al niño de colegio, pero yo he aprendido a través de los años que cambiar al niño de colegio es un cambio muy positivo cuando el niño ya está de algún modo estigmatizado.

¿Y LA PRÁCTICA DEL DEPORTE? CREO QUE PARA USTED SE HA CONVERTIDO TAMBIÉN EN UNA VÍA PARA CANALIZAR ENERGÍAS.

Con 45 años empecé a hacer deporte de una forma pautada, primero andando rápido para luego dar el salto a las maratones. Noté que me venía muy bien para mi estado de ánimo. Ya me he acostumbrado a correr tres o cuatro veces por semana en Central Park, o a veces en la playa. De hecho, ya hace 20 años me convencieron para correr la Maratón de Nueva York, algo que he convertido en una sana costumbre. Tardo 4 horas y 15 minutos. Soy un ganador lento.

UNO DE LOS ENEMIGOS DEL OPTIMISMO ES, SIN DUDA, LA DEPRESIÓN. ¿HASTA QUÉ PUNTO? ¿SIGUE SIENDO UNA ENFERMEDAD INFRAVALORADA?

Obstaculiza seriamente las relaciones con otras personas. Los deprimidos son incapaces de extraer placer de la compañía de los seres queridos, por lo que se apartan. Paralelamente, al irradiar amargura, los demás se distancian de ellos. En definitiva, la melancolía apaga el escenario de las relaciones de cariño, la parcela de la vida de la que la mayoría de las personas extraen los momentos más satisfactorios. La depresión es el peor enemigo del optimismo porque nos roba la esperanza, el sentido de que la vida merece la pena.

LOS REGISTROS DE DEPRESIÓN EN ESPAÑA SON NOTABLES, SOBRE TODO EN-

TRE LAS MUJERES. DE HECHO, HAY ESTUDIOS QUE LAS SEÑALAN COMO LAS EUROPEAS QUE PADECEN CON MÁS FRECUENCIA LA ENFERMEDAD. ¿QUÉ ESTRATEGIA DEBE SEGUIRSE PARA AVANZAR EN SU PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO?

En España aún hay muchos prejuicios ante la depresión, lo que conlleva seguir teniendo miedo a ir al psiquiatra. Luego, respecto a la enfermedad y las españolas, yo hago siempre una consideración en positivo: al carácter abierto de las españolas hay que sumar el hecho de que ellas están mucho más despojadas de prejuicios respecto a problemas como la depresión o la ansiedad que los españoles, buscan antes el asesoramiento del especialista, mientras que una gran mayoría de hombres con esos problemas buscan una salida en el alcohol.

USTED ESTÁ ACOSTUMBRADO A TRATAR PACIENTES AQUEJADOS DE ESTRÉS POSTRAUMÁTICO. ¿CÓMO HA EVOLUCIONADO EN SU OPINIÓN EN LOS ÚLTIMOS AÑOS EL ABORDAJE DE ESTE TRASTORNO?

Cada día a las consultas llegan más personas que han sufrido un trauma (un accidente, que fueron abusados sexual o violentamente de niños); adultos que viven con las consecuencias de esos traumas. Al haber más formación por parte de los profesionales, estos cuadros, que antes se diagnosticaba como depresión o ansiedad, hoy día ya se entiende que el problema empezó a raíz de una situación traumática, pero que no se resolvió y que esas imágenes se acumularon en la memoria emocional para no ser narradas nunca, puestas en palabras, lo que interfiere en la capacidad de las personas para relacionarse, dormir...

¿POR QUÉ HACE HINCAPIÉ EN VERBALIZAR LOS TRAUMAS?

El narrar nuestra historia es de gran utilidad. Primero, porque disminuyes la intensidad emocional. Segundo, le encuentras un significado a tu experiencia, una explicación que es mucho más aceptable emocional y mentalmente que tratar con un sentimiento que no entendemos ni sabemos de dónde viene. Además, el nar-

rar ayuda a situar la experiencia negativa en un contexto y, al mismo tiempo, si se lo narras a una persona que te escucha, beneficiarse de la solidaridad del grupo.

¿ALGÚN LIBRO SUYO, COMO MÁS ALLÁ DEL 11-S, ES SU PARTICULAR FORMA DE EXORCIZAR SUS FANTASMAS?

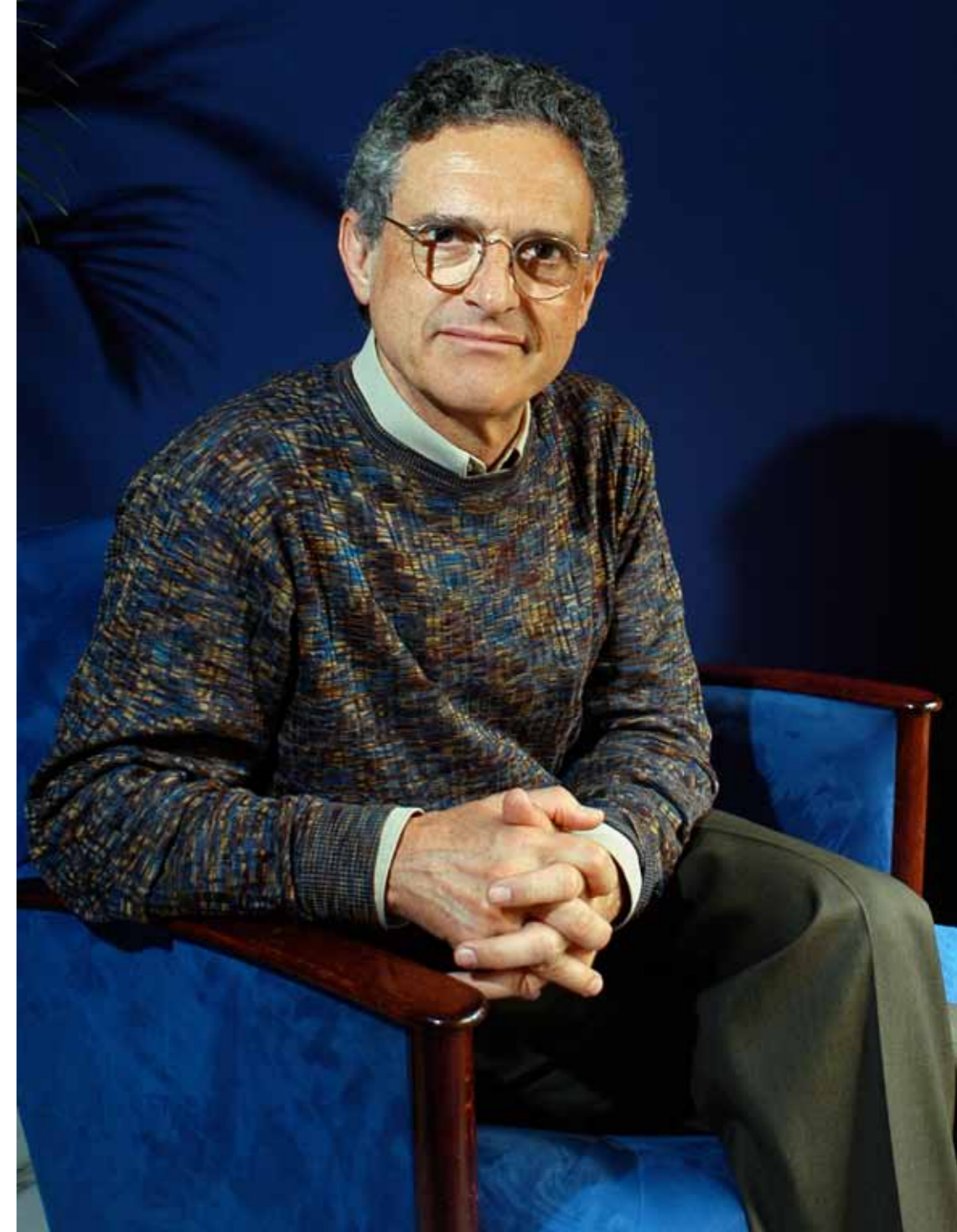
El libro *Más allá del 11-S* no fue fácil, pero me ayudó muchísimo para superar aquella experiencia. Más traumático para mí que vivir en primera persona los momentos posteriores a los atentados del 11-S en Nueva York y el salvarme por los pelos de quedar atrapado por los escombros de los edificios fueron las semanas posteriores.

PALABRAS DESDE EL DIVÁN

"La vida es difícil, pero las dificultades se pueden superar si reconocemos sus causas y salvamos los obstáculos que nos impiden vencerlas", puede leerse en las *Verdades nobles*, atribuidas a Buda.

Luis Rojas Marcos, una de las voces más prestigiosas de la psiquiatría mundial, ha hecho de esta sentencia toda una filosofía de vida, ayudando, a través de sus libros, a millones de lectores. Sin ninguna duda, si hubo un momento en que Rojas Marcos tuvo que tirar del adagio budista fueron los días posteriores al 11 de septiembre del 2001. Ese día, el psiquiatra español contempló estupefacto, desde el piso 23 de uno de los edificios que configuraban el World Trade Center, los estragos de la primera colisión contra las Torres Gemelas. Por aquel entonces, Rojas Marcos ocupaba el cargo de presidente del Sistema de Sanidad y Hospitales Públicos en Nueva York, una responsabilidad que lo situó en el epicentro del ataque terrorista, del que salió con vida fortuitamente.

Sin embargo, como a él le gusta decir, "la desdicha, lo mismo que la felicidad, está hecha para ser compartida", por lo que, en parte para purgar sus propios fantasmas y también para ayudar a otros a superar la incertidumbre de los nuevos tiempos, el psiquiatra actualizó su libro *Las semillitas de la violencia* —publicado en 1995— y escribió *Más allá del 11-S*.



Nos encontramos con un estrés posttraumático masivo en el que yo me metí de lleno al ocupar en aquel tiempo la dirección de los hospitales públicos de Nueva York. Las reuniones con los responsables médicos y las enfermeras, el ir para arriba y para abajo ayudando cómo podía... me mantuvieron activo y ocupado.

HASTA QUE NO PUDO MÁS...

Efectivamente, hasta que un día, a las dos semanas, lo recuerdo perfectamente, hablando ante 700 personas de uno de los hospitales, una enfermera me preguntó: "Y usted, ¿cómo se siente?". Aquella pregunta fue como un portazo. Me fue imposible contestarle, articular palabra, y ahí fue cuando me di cuenta de que yo también estaba afectado. En esos instan-

tes pasó por mi mente todo lo que yo vi aquel día, tuve una regresión y salí de ese atolladero gracias a la jefa del hospital que me echó un capote y se puso a hablar. Hablé con un compañero durante unas semanas explicando mi propia historia y aquello me ayudó mucho.

Y VOLVIÓ A ENCARAR LOS VAIVENES DE LA VIDA CON NUEVOS BRÍOS.

La seguridad es algo vital para sobrevivir. La persona que se siente insegura no puede disfrutar. De ahí que, en mi caso, me he olvidado de celebrar el cumpleaños para entronizar el "cumpledías", ya que no hay instante que no sea importante en la vida de uno, un punto de partida que me permite disfrutar de mi seguridad día a día. PJ



El 2010 supuso un año de progresos en el Servicio de Dermatología del Hospital Universitario Ramón y Cajal, liderado por el doctor Pedro Jaén como Jefe de Servicio. A la abundante producción científica se ha sumado la creación de nuevas consultas monográficas y la optimización de las unidades ya existentes, ofreciendo a los pacientes una asistencia sanitaria de máxima calidad y rigor científico. Se ha potenciado la actividad quirúrgica del servicio, con el aumento del número de quirófanos para cirugía de Mohs y con la creación de una unidad de investigación que gestiona los proyectos científicos.

Desde el punto de vista científico, el servicio ha acumulado un importante número de comunicaciones a congresos, así como publicaciones científicas en revistas de alto impacto. Durante el año pasado, el doctor Jaén dirigió las tesis doctorales del doctor Vañó y de la doctora Bagazgoitia, que se han formado como residentes en el servicio. En abril de 2010, el doctor Jaén colaboró en la organización del 13 Congreso Mundial de Cáncer de Piel, celebrado en Madrid. Este congreso es una cita anual imprescindible en el campo de los tumores cutáneos. Es aquí donde se presentan las novedades, estudios y nuevos tratamientos disponibles para todo tipo de cáncer de piel, siendo en ocasiones el escenario de presentación de importantes avances en el campo de la oncodermatología. El año pasado, Madrid tomó el relevo de ciudades como Tel Aviv, Nueva York o Amsterdam, en la celebración de este importante congreso.

El servicio ha apostado asimismo por la docencia de sus residentes con la instauración de nuevas sesiones autoformativas y la participación en diferentes congresos, lo que ha contribuido a que el Servicio de Dermatología del Hospital Universitario Ramón y Cajal sea el más demandado por los residentes a la hora de elegir hospital tras el examen MIR. Todo el trabajo realizado en el aspecto docente durante el año 2010 se ha visto recompensado con diferentes premios a integrantes del servicio, destacando el otorgado al doctor Sergio Vañó Galván como mejor residente de España del año 2010, galardón que por primera vez recae sobre un dermatólogo.



EL HOSPITAL UNIVERSITARIO RAMÓN Y CAJAL VA POR DELANTE

El Servicio de Dermatología del hospital madrileño, encabezado por el doctor Pedro Jaén, abre nuevas consultas, aumenta el número de quirófanos para cirugía de Mohs y crea una unidad de investigación. Por Dr. Sergio Vañó

El 2010 fue también el año de inicio de importantes proyectos docentes, como el Máster en Dermatología Estética, que está teniendo lugar entre enero y diciembre de 2011, y que cuenta con expertos de prestigio en cada una de las áreas temáticas. El máster está dirigido por el doctor Pedro Jaén y está avalado por la Universidad de Alcalá, por la Academia Española de Dermatología y Venereología (AEDV) y por el Grupo Español de Dermatología Cosmética y Terapéutica (GEDCT) de la AEDV.

INNOVACIÓN DEL SERVICIO

Una de las máximas del Servicio de Dermatología del Hospital Universitario Ramón y Cajal ha sido incorporar los últimos avances tecnológicos en el servicio para una mejor asistencia de nuestros pacientes.

1.- **LÁSER.** La plataforma láser ha conseguido una de las mayores estadísticas en el mundo del tratamiento de los angiomias, siendo Unidad de Referencia Nacional. Actualmente contamos con varios

El centro incorpora los últimos avances tecnológicos en el tratamiento de las enfermedades de la piel

El doctor Jaén fue el secretario general el año pasado del 13 Congreso Mundial de Cáncer de Piel, celebrado en Madrid

láseres vasculares (colorante pulsado, láser secuencial de colorante pulsado y Neodimio:YAG) y láseres ablativos (láser de CO₂), que nos permiten tratar patologías tan diversas como malformaciones vasculares, hemangiomas, verrugas, granulomas piógenos, angiofibromas, queilitis actínicas, etc.

2.- FOTOQUIMIOTERAPIA EXTRACORPÓREA. Básicamente orientada al tratamiento de Linfomas T, aunque tiene más aplicaciones. Fue un gran logro implantar la segunda Unidad Europea y la primera que se creó en España. Actualmente, esta unidad es referencia nacional, completando el tratamiento de una media de ocho pacientes al mes, que provienen de diferentes regiones de España.

3.- FOTOBIOLOGÍA. El área de fotobiología cutánea es primordial. La irradiación ultravioleta A (UVA) es una aproximación terapéutica acertada en el tratamiento de psoriasis y más de otros 30 procesos. La fototerapia con UVB de banda estrecha está indicada en ciertos casos de psoriasis y otros procesos, como vitíligo, liquen plano, eczemas y micosis fungoide.

4.- TERAPIA FOTODINÁMICA. Esta técnica permite tratar eficazmente y de forma no agresiva diferentes tipos de lesiones cutáneas, principalmente tumorales, aunque también no tumorales, como el acné, la psoriasis ungueal u otras. Será el tratamiento de elección en cánceres cutáneos donde el tratamiento quirúrgico no está indicado, bien por la localización, número de los mismos, o por estado general del paciente.

5.- DERMATOSCOPIA DIGITAL. La incorporación de este método de seguimiento con imágenes digitales de las lesiones pigmentadas nos permite ofrecer una máxima precisión en el diagnóstico precoz del melanoma y otras lesiones sospechosas en determinados pacientes de riesgo. La microscopía de la epiluminiscencia o dermatoscopia consiste en una técnica no invasiva de diagnóstico de lesiones cutáneas (preferentemente lesiones tumorales, sobre todo melanoma) en la que se visualizan con gran aumento las lesiones, lo que permite distinguir una serie de estructuras imposibles de ver a simple vista. Un dermatoscopio permite observar la piel con mayor precisión y es una herramienta de gran utilidad para diferenciar la benignidad o malignidad de una determinada lesión. La dermatoscopia es hoy en día la técnica más precisa y sencilla en el diagnóstico del melanoma cutáneo. Dicha técnica no es invasiva y su creciente desarrollo en los últimos años le ha hecho situarse como la técnica más importante en el diagnóstico precoz del melanoma.

6.- MICROSCOPIA CONFOCAL. El diagnóstico por microscopía confocal tiene como interés fundamental el detectar de forma no invasiva los cambios tempranos de la piel que desembocan en cáncer, o bien diagnosticar los mismos sin la necesidad de anestesia y práctica de biopsia. La posibilidad de ver microscópicamente la piel sin la necesidad de biopsia es posible, lo que permite diagnóstico y monitorización de tratamiento de forma no invasiva. Su uso complementará al clínico en el

diagnóstico, así como durante la cirugía en caso en que ésta fuera necesaria.

7.- CIRUGÍA DE MOHS. En el área de Cirugía Dermatológica conviene destacar la cirugía microscópica de Mohs para el tratamiento de cánceres de piel, que permitirá eliminar el cáncer respetando al máximo el tejido sano periférico. Este procedimiento, no sólo es interesante para obtener buenos resultados estéticos, sino para evitar recurrencias.

8.- UNIDAD DE MAQUILLAJE. La creación de una unidad en la que específicamente se enseña a maquillar y mejorar el resultado estético de pacientes con patologías concretas, ha supuesto un innovador avance que permite mejorar la calidad de vida de un número importante de pacientes. Cualquier paciente con una alteración visible de la piel que no disponga de otras alternativas terapéuticas o no haya mejorado, dispone de esta opción alternativa, que en ocasiones ofrece resultados increíbles. Estamos obteniendo buenos resultados en pacientes con vitíligo, defectos postquirúrgicos, angiomias, etc.

9.- CONSULTAS MONOGRÁFICAS. Durante el último año se ha potenciado la creación de consultas monográficas y unidades específicas que permiten ofrecer a nuestros pacientes una asistencia sanitaria de máxima calidad. Nos referimos a la consulta de linfomas, la consulta de dermatología pediátrica, la consulta de conectivopatías, la consulta de mastocitosis, la consulta de transplantados renales, la consulta de hiperhidrosis y a la unidad de investigación.

En resumen, el Servicio de Dermatología del Hospital Universitario Ramón y Cajal se ha convertido en una de las grandes potencias a nivel nacional e internacional, contando con un gran equipo profesional liderado por el doctor Pedro Jaén, y potenciando la innovación tecnológica, el conocimiento científico y la docencia. **■**

Sergio Vañó Galván es un dermatólogo con una gran pasión por la investigación y por la gestión en el mundo de los servicios sanitarios. Ha tenido excelentes referentes en su familia: su padre es físico médico, su madre es oncóloga radioterapeuta y su hermano –tiene dos años más que él– es radiólogo.

En una de las investigaciones en que actualmente participa coincide con su padre: se trata de un proyecto a nivel europeo sobre los efectos de las radiaciones en la piel. También trabaja en dos estudios sobre técnicas de imagen que se están llevando a cabo en el Hospital Ramón y Cajal: microscopía confocal (diagnóstico no invasivo *in vivo* del cáncer de piel) y fototerapia domiciliar para el tratamiento de la psoriasis, una enfermedad crónica de la piel. Además, ha sido premiado con la beca Isdin para desplegar su faceta investigadora al otro lado del Atlántico, en San Francisco (Estados Unidos).

El premio Sanitas también le da nuevas oportunidades de investigar: la Fundación de esta compañía aseguradora de salud le otorga una estancia de cuatro semanas en el área de su especialidad en centros clínicos del Reino Unido, bajo la coordinación de BUPA, matriz de Sanitas.

El jurado no sólo ha tenido en cuenta su interés por la investigación y sus títulos académicos. Ha valorado, además, su inquietud y ambición por desplegarse hacia otras áreas colindantes con la medicina. "Durante la residencia, he realizado la tesis doctoral y un máster en gestión y dirección de servicios sanitarios", dice Sergio Vañó. Cuando recibió el premio, había publicado 69 artículos científicos nacionales e internacionales en revistas de reconocido prestigio, como *The New England Journal of Medicine* o *Journal of the American Academy of Dermatology*.

"Cuando me lo comunicaron me quedé muy sorprendido. Estoy muy contento.

SANITAS [MIR 2010]



La Presidenta de la Comunidad Autónoma de Madrid, Esperanza Aguirre, entrega el premio al doctor Sergio Vañó.

VOCACIÓN POR LA DERMATOLOGÍA

Sergio Vañó, premio Sanitas al mejor Médico Interno Residente (MIR) de España en 2010

MADRILEÑO DE 29 AÑOS, SERGIO VAÑÓ GALVÁN FORMA PARTE DEL EQUIPO DEL DOCTOR PEDRO JAÉN EN EL HOSPITAL UNIVERSITARIO RAMÓN Y CAJAL Y EN EL GRUPO DE DERMATOLOGÍA PEDRO JAÉN. EL RECONOCIMIENTO CONCEDIDO POR SANITAS, TOMA EN CONSIDERACIÓN EL SABER HACER Y LA FORMACIÓN DE SERGIO, ADEMÁS DE LA INTENSA ENTREGA A SU DISCIPLINA, LA DERMATOLOGÍA.

Sobre todo, agradecido a mis compañeros del hospital y, claro está, a mi jefe, el doctor Pedro Jaén, que no solamente apuesta por mí, sino que también es una de esas personas que te incita a mejorar cada día y dar lo mejor de uno mismo en el trabajo", explica.

El premio Sanitas le ha hecho mucha ilusión porque "también es un reconocimiento al campo de la dermatología, que hace dos décadas se veía como una

especialidad de segunda. En los últimos años, se ha vuelto puntera". De hecho, es la primera vez que este galardón recae sobre un dermatólogo.

Ahora está muy involucrado en la aplicación de las nuevas tecnologías. Colabora con Pedro Jaén en un estudio sobre tele-dermatología y en otro proyecto desarrollando una aplicación para el iPhone y el iPad, llamada Dermomap, que facilita el diagnóstico dermatológico. **■**

EL GUSTO MASCULINO POR LAS CREMAS

En 1985 tuvo lugar una importante revolución en el mundo de la cosmética: nació Biotherm Homme, la primera marca dirigida exclusivamente al cuidado de la piel del hombre. Desde entonces, han nacido de la mano de Biotherm más de 70 productos, fruto de 27 años innovando, adaptándose a las necesidades de unos clientes cada vez más exigentes. Y todo esto sin dejar de ser líderes en los países en los que sus "referencias" de belleza masculina están presentes.

"Hasta su nacimiento en 1985, ninguna marca de cosméticos había pensado que el sexo masculino podía ser un gran mercado", explica Christian Marcos, director general de Biotherm España. "Han pasado 27 años —prosigue— y la marca continúa ocupando el puesto número 1 en este mercado a nivel mundial, pero también en España, con una cuota de más del 53,3% en el canal selectivo (grandes almacenes y perfumerías)".

Los productos estrella de la marca han sido hasta la fecha Aquapower y Age Fitness. En el segmento de cremas de tratamiento de rostro, Aquapower contabiliza más de 662.000 unidades vendidas desde su lanzamiento en 2002. En el segmento de cremas antiarrugas, Age Fitness lleva me-

Aromessence Triple Action redibuja los rasgos, tonifica la piel y actúa como un auténtico potenciador de la eficacia de la crema, y presenta la máxima respuesta en el afeitado y un aroma placentero. Ideal para lucir una piel lisa y limpia.

Ofrece una triple acción: antes del afeitado, ablanda y despega el vello subcutáneo para facilitar el rasurado; después del afeitado, calma la irritación; y, en tercer lugar, retrasa el crecimiento del vello.

La línea Men Skincare se completa con la llegada de dos nuevos productos: Rasage Express Gel-Mousse (un gel de afeitado con textura cremosa) y Après-Rasage

Con una gama de más de 70 productos, el pionero en la cosmética masculina lleva 27 años innovando

dio millón de unidades vendidas desde su estreno en el mercado ese mismo año.

Biotherm Homme es el pionero en la cosmética masculina. Hace más de dos décadas presentó la primera línea de cuidados y tratamientos concretos para el hombre. Aquella línea incorporaba fórmulas, perfumes, diseños y resultados adaptados específicamente para los hombres. Una propuesta que gustó, y que creó tendencia.

Los hombres se cuidan cada vez más. Hoy el 69% de los españoles usa regularmente crema hidratante facial sin ningún tipo de complejos y 3 de cada 10 han ido más de una vez a un centro estético. La principal preocupación del hombre europeo sobre la piel de su rostro es su aspecto cansado derivado tanto de factores externos como internos (el estrés, la dieta poco equilibrada, la falta de sueño...).

Una de las claves del éxito es el consejo en el punto de venta. En los últimos años, Biotherm ha hecho un gran esfuerzo en la

educación del consumidor masculino, facilitándole información acerca de los productos que mejor se adaptan a las características de su piel, sobre la forma de aplicación y sobre los resultados.

Otro de los factores que ha aportado Biotherm para la cosmética masculina ha sido crear espacios comerciales exclusivos para los tratamientos masculinos en los que el consumidor se sienta más cómodo. La piel del hombre es diferente de la de la mujer y, por tanto, sus problemas y necesidades son diferentes también. **PJ**



MEN SKINCARE DE DECLÉOR PARIS

Aromessence Triple Action es un sérum fluido con aceites esenciales

Apaisant Fluide (un *after shave* que, dado su poder de hidratación, se puede utilizar para todo el rostro).

La marca Decléor centra su ritual de belleza masculino en el acto del afeitado. Gracias a la selecta combinación de ingredientes 100% naturales, alcanzados a partir del desarrollo de las técnicas más avanzadas, Decléor logra mantener intacto el ecosistema de la piel del hombre. **PJ**





SHISEIDO MEN

Una selección de productos Shiseido Men para ayudar a los hombres a ofrecer la mejor versión de sí mismos

DEEP CLEANSING SCRUB

Gel exfoliante desincrustante que limpia en profundidad, y elimina los puntos negros, suaviza y devuelve la frescura y vitalidad a las pieles apagadas y cansadas.

ENERGIZING FORMULA

Un gel concentrado y fresco que elimina rápidamente la fatiga causada por la falta de sueño o el estrés. Revitaliza la piel dejando una refrescante sensación.

EYE SOOTHER

Un gel calmante contorno de ojos anti-bolsas, anti-ojeras y anti-arrugas.

SHAVING CREAM

Esta rica crema de afeitado se adhiere perfectamente a la piel y suaviza la barba desde la raíz. Formulada con ingredientes de tratamiento, previene la irritación y se aclara fácilmente.

MOISTURIZING EMULSION

Una emulsión para después del afeitado que hidrata, protege y deja la piel fresca y suave además de calmar la irritación causada por el afeitado y la sequedad cutánea.

MOISTURIZING SELF-TANNER

Una emulsión auto-bronceadora para rostro que proporciona un tono dorado muy natural

y uniforme. Hidrata y revitaliza la piel. Deja la piel sin sensación pegajosa y con un aroma agradable.

SKIN EMPOWERING CREAM

Poderoso tratamiento global Anti-edad que trata todos los signos avanzados de envejecimiento. Día tras día, la piel se revitaliza y se vuelve más resistente contra los signos de cansancio y el envejecimiento.

BODY CREATOR ABDOMEN TONING GEL

Gel estimulante e intensivo que proporciona firmeza en el abdomen y otras partes del cuerpo a la vez que elimina grasas acumuladas. ¶

KIEHL'S SINCE 1851

La marca incorpora factor de protección 15 a su tratamiento masculino por excelencia Facial Fuel

Kiehl's Since 1851, la empresa reconocida por sus eficaces fórmulas para el cuidado de la piel y del cabello, lleva elaborando productos destinados al hombre desde la década de los años 50.

Es el caso de Facial Fuel Energizing Moisture Treatment for Men, el tratamiento facial hidratante y energizante para hombre, que

desde 2004, se ha convertido en uno de los imprescindibles del público masculino gracias a sus propiedades revitalizantes, y que hoy llega a las boutiques Kiehl's incorporando Factor de Protección Solar 15 a su fórmula. Facial Fuel Energizing Moisture Treatment for Men SPF 15 es la solución que protege la piel, con un solo gesto, de los efectos nocivos de los rayos UV. ¶



Nuestros motores cambian.

Nuestros principios, no.

Nuevos Panamera Diesel y Panamera S Hybrid.

Una idea radical: el rendimiento por convicción. O el máximo rendimiento con el mínimo consumo y mínimas emisiones de CO₂. ¿Cómo? Gracias al nuevo propulsor turbodiesel V6 de 3,0 litros de inyección Common Rail, o a la tecnología híbrida del Panamera S Hybrid con motor V6 sobrealimentado de 3,0 litros acompañado de un motor eléctrico. Deportividad y respeto por el medio ambiente. No hay contradicción. Sólo Porsche Intelligent Performance.

Para más información visite su Centro Porsche.



PORSCHE

Centro Porsche Madrid Norte

Avda. de Burgos, 87
28050 - Madrid
Tel.: 912 035 410

www.porsche-madridnorte.com

Centro Porsche Madrid Oeste

P. E. El Carralero II - C/ Ciruela, 5
28220 - Majadahonda - Madrid
Tel.: 916 347 810

www.porsche-madridoeste.com



Nuevos Porsche Panamera Diesel y Panamera S Hybrid. Consumos (l/100km): 6,5 a 7,1. Emisiones CO₂ (g/km): 167 a 172. P.V.P. recomendado desde 87.646 € para Península y Baleares. Incluye transporte, I.V.A. e impuesto de matriculación (IEDMT) calculado al tipo general. El IEDMT puede variar en función de la Comunidad Autónoma donde se ubique su domicilio.



Esta técnica favorece la salud de nuestra piel

El paciente puede maquillarse inmediatamente tras el tratamiento y seguir con su rutina

'PEELINGS' QUÍMICOS

Para tener una piel más luminosa y tersa, y para prevenir el cáncer cutáneo.

Por Dra. Virginia Sánchez

El *peeling* es un tratamiento sencillo que consiste en renovar las capas más superficiales de la piel, dejándola más luminosa, uniforme y tersa. Recupera el color homogéneo de la piel, ayuda a cerrar el poro y previene la aparición de arrugas, ya que estimula la formación de colágeno nuevo en la dermis. Además, diversos estudios científicos han demostrado el efecto beneficioso de los *peelings* médicos en la prevención del cáncer cutáneo, favoreciendo por lo tanto la salud de nuestra piel.

Para la realización de un *peeling* disponemos de distintas sustancias químicas que utilizamos con diferentes concentraciones en función del tipo de piel, la zona del cuerpo o la necesidad de cada paciente. Las más frecuentes son el ácido salicílico, el ácido glicólico, y el lipohidroxiácido.

¿EN QUÉ CONSISTE EL TRATAMIENTO?

Primero se extiende por la zona a tratar una sustancia desengrasante. A continuación se aplica la sustancia química durante unos minutos. En ocasiones se puede sentir un ligero picor temporal. En los días posteriores la piel se descamará ligeramente, sustituyéndose las capas más superficiales de la piel por otras nuevas. El paciente puede maquillarse inmediatamente después del tratamiento y continuar con su rutina habitual. La cantidad de *peelings* que necesita una persona y la frecuencia de realización de los mismos dependen de cada caso. ■

INDICACIONES

- Mantener una piel sana y con buen aspecto.
- Mejorar la luminosidad y elasticidad de la piel.
- Tratamiento de pequeñas arrugas.
- Manchas (melasma).
- Poros abiertos.
- Cicatrices de acné.



“EN ESPAÑA TENEMOS MUJERES ELEGANTÍSIMAS Y MUY BIEN VESTIDAS”

Juana Martín, puntadas con mucho arte

DISEÑADORA, EMPRESARIA, TRANSGRESORA... DESFILA EN CIBELES, VALENCIA, SEVILLA... Y PRÓXIMAMENTE LO HARÁ EN BARCELONA. SUS COLECCIONES EXPLOTAN EL LADO FEMENINO MÁS SENSUAL. UNA MUJER AUTODIDACTA Y ESPECIAL, CUYA TRAYECTORIA PROFESIONAL ESTÁ LLENA DE PREMIOS. *Por Lola Herrera*

QUÉ ES PARA USTED UNA MUJER ELEGANTE Y CON ESTILO?

Sería una mujer con personalidad, segura de sí misma, que supiera combinar estilo y elegancia sin dejar de ser ella... Hay que tener en cuenta que “menos es más”.

DOS DESFILES AL AÑO, EN CIBELES Y EN VALENCIA; EL SIMOF DE ROPA FLAMENCA; Y, DENTRO DE POCO, TAMBIÉN ESTARÁ EN LA PASARELA DE NOVIAS... ¿DE DÓNDE SACA EL TIEMPO Y LA INSPIRACIÓN?

¿La inspiración? De los colores y del olor de mi tierra, de mis viajes, de las mujeres que veo por la calle. Le dedico todo el tiempo que puedo a mi trabajo. Para mí la costura es mi *hobby* y una pasión intensa. Me gusta crear y plasmar en mis diseños lo que siento.

¿Y CÓMO SE SINTIÓ CUANDO JOHN GALIANO SE INTERESÓ POR LOS VOLANTES DE SUS VESTIDOS EN SEVILLA?

Fue un orgullo y una satisfacción que al-

guien tan grande en el mundo de la moda fotografiara los volantes de mis vestidos en el Real de la Feria. Sentí una gran emoción.

ES UNA DE LAS DISEÑADORAS MÁS GALARDONADAS DE ESPAÑA. SU ÚLTIMO PREMIO SE LO DIERON LAS MUJERES EMPRESARIAS DE MADRID Y LO COMPARTIÓ CON LA PERIODISTA Y PRODUCTORA ANA ROSA QUINTANA, LA DIRECTORA DE MICROSOFT... ¿QUÉ SIGNIFICÓ PARA USTED?

Fue muy emocionante compartir ese premio al lado de mujeres empresarias tan importantes y de tan alto nivel. Para mí fueron unos momentos muy intensos. Premiar mi trabajo de diseñadora y empresaria... bueno, lo considero un honor que nunca olvidaré.

LA ACABAMOS DE VER EN CIBELES PRESENTANDO SU COLECCIÓN PRIMAVERA-VERANO. ¿CUÁLES HAN SIDO SUS REFERENTES CREATIVOS PARA DISEÑARLA?

Me inspiré en los años 50 y principios de los 60. He hecho una colección en tonos rosas y violetas marcando cinturas y volúmenes. He querido hacer una mujer muy femenina, sensual y elegante.

ES AUTODIDACTA. EMPEZÓ DISEÑANDO TRAJES DE GITANA. ¿DE DÓNDE VENÍA ESA CREATIVIDAD?

Los comienzos fueron duros, aunque creo que supe aprender mucho de aquellos tiempos tan difíciles pero a la vez tan maravillosos. Cuando hago un traje de flamenca, Córdoba, Medina Azahara, la Mezquita, los claveles de mi tierra... me inspiran.

A PESAR DE LOS PURISTAS, HA INNOVADO EN LA MODA FLAMENCA, DISEÑANDO TRAJES MARAVILLOSOS DE TELAS VAQUERAS, PUNTO Y SEDA. ¿CÓMO SE HA SENTIDO CUANDO LA HAN ACUSADO DE TRANSGRESORA?

A mí me parece que la moda tiene que evolucionar. Respeto mucho la opinión de los puristas, pero siempre he pensado en hacer algo más allá de los lunares. Los trajes de flamenca tienen que tener personalidad, y yo se la he dado.

¿CUÁLES SON LAS ESPAÑOLAS MEJOR VESTIDAS? ¿TIENE ALGUNOS NOMBRES?

La princesa de Asturias, Paloma Cuevas, Nati Abascal, la infanta Elena, Carmen Lomana... Creo que en España tenemos mujeres elegantísimas y muy bien vestidas.

¿CUÁLES SON SUS COLORES FAVORITOS A LA HORA DE DISEÑAR?

El negro es mi color fetiche, y el blanco. Aunque tengo que decir que uso todos los colores en mis diseños y a veces tiño las telas para sacar colores distintos.

ES EXPERTA EN REALIZAR LAS FORMAS DE LAS MUJERES. ¿CÓMO LO HACE PARA QUE SE VEAN TAN DELGADAS?

Me gusta estudiar el cuerpo de las mujeres para sacarles el máximo rendimiento. Realzo y disminuyo allí donde lo necesitan para que se vean realmente guapas.

SUS DISEÑOS TIENEN UNA COSTURA IMPECABLE. ¿QUÉ HAY DE ARTESANAL EN ESE TRABAJO?

Mis vestidos me gusta rematarlos. Soy muy artesanal y me encanta coser a mano determinadas prendas.

TIENE UN PIE EN NUEVA YORK. ¿LE HACE ILUSIÓN MOSTRAR ALLÍ SUS DISEÑOS?

Tener la oportunidad de estar allí y poder mostrar mis diseños me llena de satisfacción. Es una pasarela que me merece un respeto enorme. Poder representar a España y a Córdoba con mis colecciones es un sueño que deseo cumplir.

ES UNA DISEÑADORA QUERIDA Y ADMIRADA. ADEMÁS, HA SABIDO GANARSE EL RESPETO DE TODOS LOS QUE LA CONOCEN. SIENDO GITANA, ¿HA TENIDO QUE DEMOSTRAR MÁS QUE LOS DEMÁS?

Cuando empecé, el hecho de ser gitana y andaluza hizo que algunos me colgaran la etiqueta de folclore, cuando grandes diseñadores internacionales se han inspirado en Andalucía para hacer sus creaciones. Si otros diseñadores presentan en sus colecciones volantes, eso es moda, pero si lo hago yo es folclore. Creo, humildemente y con todo respeto, que Juana Martín ya ha demostrado con su trabajo lo que es capaz

de hacer. Nadie puede discutir la ilusión, ni tampoco el trabajo bien hecho, que pongo en todas mis colecciones.

ME CONSTA QUE RESPETA MUCHO A LOS PROFESIONALES DE LA MODA QUE EVALÚAN SU TRABAJO. ¿QUÉ TIENE QUE DECIRLE A LOS QUE LA CRITICAN POR HABER EMPEZADO HACIENDO MODA FLAMENCA?

En moda, un diseñador tiene que hacer de todo. Creo que la moda flamenca me ha servido para mejorar y me ha dado un aprendizaje enorme a la hora de diseñar. He innovado en los trajes de flamenca y seguiré diseñándolos y haciendo *prêt-à-porter* y alta costura. A quienes no les gustan mis diseños le pido respeto en la forma de decir y escribir sus críticas. Sé que no le puedo gustar a todos, pero creo que las críticas—que yo acepto—siempre tienen que estar hechas con el respeto que todos merecemos. Para mí es un privilegio que estas personas vengan a ver mis desfiles. **PI**





*Reafirma
la piel laxa,
suaviza líneas
de expresión
y da mejor
tono y textura
a la piel*

NUEVO SISTEMA DE RADIOFRECUENCIA

THERMAGE

*Tecnología pionera
en España para
rejuvenecer la piel.*

Por Dra. Mónica González

Thermage es un procedimiento no invasivo que ayuda a reafirmar la piel laxa, suavizar líneas de expresión y conseguir una piel con mejor tono y textura, y de aspecto más joven y saludable. Es necesaria tan sólo una sesión de tratamiento, no requiere anestesia ni analgesia, y la convalecencia posterior es mínima o muy reducida, lo cual no interfiere con las actividades diarias del paciente.

Thermage emplea una exclusiva tecnología de radiofrecuencia monopolar pionera en España. Aplicada en sucesivos pases de baja energía, calienta las capas más profundas de la piel, enfriando al mismo tiempo la superficie de la misma, para evitar daños a este nivel.

La técnica se ha optimizado para conseguir una elevada efectividad con una tasa mínima de efectos adversos para el paciente. Diversos estudios científicos avalan la efectividad de este sistema para rejuvenecer la piel (Dover et al, *Results of a survey of 5700 patient monopolar radiofrequency facial skin tightening treatments: assessment of a low-energy multiple-pass technique leading to a clinical end point algorithm; Dermatologic Surgery*). La radiofrecuencia monopolar fue la primera técnica desarrollada por la Agencia Americana del Medicamento (FDA) para *skin-tightening* o –tensado cutáneo– facial. En los últimos años se ha demostrado su eficacia en otras zonas corporales.

¿CÓMO FUNCIONA?

El mecanismo de acción consiste en la aplicación de un pulso controlado de radiofrecuencia que calienta de forma gradual y selectiva diversas áreas de la dermis (en profundidad). Ello se combina con la aplicación de un sistema de enfriamiento de la superficie, que evita el daño epidérmico y proporciona una rápida recuperación posterior.

El calentamiento profundo fortalece las fibras el colágeno ya existente y estimula la producción de nuevas fibras (colágeno-génesis). Como resultado, la piel se tensa y se reduce la flaccidez. De forma inmediata, tras el tratamiento, se puede observar mejor tono y textura cutáneos, siendo los efectos más notables con el paso del tiempo.

El procedimiento completo se realiza en una única sesión de duración variable (de 20 minutos a dos horas) en función del área a tratar. Después del tratamiento se puede observar un ligero enrojecimiento durante unos días, y lo habitual es poder reanudar las actividades cotidianas sin ninguna convalecencia ni cuidados especiales posteriores. Durante el tratamiento se experimenta una leve sensación de calor con la aplicación del dispositivo de radiofrecuencia, que indica que el colágeno está siendo estimulado.

Los mejores resultados se observan en pacientes con un grado de flaccidez leve-moderada entre los 35 y 60 años. **PI**



CAMPEÓN EN LARGA DISTANCIA

Efícaz y eficiente, el Porsche Panamera Diesel supera los 1.200 kilómetros de autonomía.

Los Gran Turismo deportivos de Porsche AG refuerzan su capacidad para recorrer grandes distancias sin renunciar a las prestaciones. Con una autonomía superior a los 1.200 kilómetros y un depósito de combustible de 80 litros, el nuevo Panamera Diesel es una buena apuesta de berlina GT eficiente. Con neumáticos opcionales de baja resistencia a la rodadura, el consumo es de sólo 6,3 litros a los 100 kilómetros (167 g/km de CO₂), según la normativa europea NEDC: el primer Porsche Gran Turismo con motor diésel de

seis cilindros puede ir de Berlín a Bolonia sin repostar. Con los neumáticos de serie, las cifras de consumo son igualmente espectaculares: 6,5 l/100 km (172 g/km de CO₂).

El Panamera Diesel afronta, a bajo régimen, elevadas pendientes o tramos montañosos sin esfuerzo. Su suave motor V6 de tres litros desarrolla 250 CV entre las 3.800 y las 4.400 rpm. Además, su par máximo de 550 Nm está disponible en el tramo comprendido entre las 1.750 y las 2.750 rpm, lo que le proporciona

una gran capacidad de recuperación. Acoplado a una transmisión Tiptronic S de ocho velocidades y alta eficiencia, el seis cilindros turbodiésel consigue que el nuevo Gran Turismo acelere de cero a 100 km/h en 6,8 segundos y alcance en velocidad máxima 242 km/h. Está disponible exclusivamente con tracción trasera.

El motor V6 de tres litros es una obra de arte de la tecnología diésel. Cuenta con inyección directa por *common rail* a través de

inyectores piezoeléctricos a una presión de 2.000 bar, turbocompresor de geometría variable (VTG), emisiones ajustadas mediante la recirculación de los gases de escape, catalizador de oxidación y filtro de partículas. De esta forma, las altas prestaciones, el poderoso par y los ajustados consumos se ven acompañados por una excelente suavidad de marcha, una gran fiabilidad y bajas emisiones. Una ayuda adicional para ello es la función *start/stop* que incluye como equipamiento de serie.

En términos de dinámica de conducción y de confort, el Panamera Diesel es un genuino Gran Turismo Porsche. Como alternativa a la suspensión de muelles convencional, está disponible la opción de la suspensión adap-

tativa. Con ella se ofrece un amplio abanico de posibilidades para mejorar, por un lado, el confort de conducción y, por otro, las características dinámicas deportivas. Desarrollado desde su origen como un coche de cuatro plazas, en términos de diseño interior resulta clave el confort individual de cada pasajero del Gran Turismo. A pesar de su perfil plano y alargado, con 4,97 metros de longitud y sólo 142 centímetros de altura, el Panamera Diesel permite que los ocupantes de los cuatro asientos se encuentren cómodos siempre. Al nuevo modelo se le reconoce por la palabra 'Diesel' colocada en las puertas delanteras.

Su precio final en España es de 87.646 euros y estará disponible en agosto de 2011, aunque ya se pueden hacer pedidos. ■

PARA DISFRUTARLO MEJOR

De un lado, tenemos la opción PORSCHE RENTING, que ofrece un mantenimiento integral en la Red Oficial Porsche: sustitución de neumáticos cada 30.000 km en la Red Oficial Porsche; vehículo de sustitución (Porsche Assistance), y seguro Todo Riesgo (sin franquicia). Sobre el kilometraje contratado, Porsche añade 5.000 km de cortesía gratuitos. El nuevo Panamera Diesel está disponible en renting a partir de cuotas de 1.730 euros al mes.

La segunda opción es la llamada PORSCHE ELECTION, una propuesta que parte de la convicción que tiene la marca de que sus vehículos mantienen su valor en el tiempo, y por eso se garantiza ese valor. Al finalizar la operación de Porsche Election, el cliente podrá decidir si quiere seguir conduciendo su Porsche o prefiere devolverlo y sentarse tras el volante de uno nuevo. La opción Election del Panamera Diesel incluye 47 cuotas de 990 euros, y un valor mínimo garantizado de 29.568 euros. La entrada es de 26.240 euros, TAE 9,51%.

Oferta Volkswagen Finance, S.A. E.F.C. válida hasta el 31 de diciembre de 2011, calculada para Porsche Panamera V6 Diesel. Comisión de apertura: 1.842,18 euros. TIN: 7,95%. Precio final del vehículo: 87.646 euros. Precio total a plazos: 104.180,18 euros. Valor Mínimo Garantizado equivale a Cuota Final. Oferta válida para particulares, en Península y Baleares. El IEDMT, y por tanto la oferta financiera, puede variar en función de la provincia de residencia del comprador.

COMER BIEN PARA DORMIR MEJOR

La composición de algunos alimentos y los hábitos dietéticos inadecuados pueden provocar trastornos del sueño. Por Dra. Maite Barahona

Una de cada cinco personas, según dicen las estadísticas, no disfruta en nuestro país del ansiado sueño reparador al que todos aspiramos cuando llega el final del día. Y no lo logran porque padecen insomnio, no duermen bien

o no duermen suficientes horas. Aunque hay múltiples causas que pueden provocar alteraciones del sueño, se ha constatado que lo que comemos a diario y las condiciones en que lo hacemos influyen en la calidad de nuestras horas de sueño.

EL RELOJ MARCA EL EFECTO DE LOS ALIMENTOS

Los científicos trabajan desde hace décadas en determinar con más exactitud el efecto fisiológico de la comida según el momento en que se ingiere, la cantidad que se consume y su composición nutricional. La clave está en adaptar y adecuar el ritmo de las comidas y su composición, así como el ritmo de vida, a los biorritmos individuales. Se puede decir que hay un momento óptimo para desempeñar las diversas funciones: comer, hacer la digestión, dormir, crecer, ejecutar tareas de concentración y memorización, etc.

SIN TIEMPO PARA COMER

El estrés o la ansiedad alteran el *ritmo circadiano*, nombre con el que se define el ciclo horario por el que el organismo ajusta la liberación de hormonas y neurotransmisores que regulan los tiempos de sueño y vigilia.

CENAS PARA NO DORMIR

Se cena tarde y, en la mayoría de los casos, de forma abundante. Son habituales los precocinados, los embutidos, el alcohol... Eso hace que se tengan digestiones pesadas, acidez... y que durmamos mal.

ENERGÍA DURANTE EL DÍA

Desde las cinco de la mañana a las cinco de la tarde necesitamos alimentos energéticos. Cuando se acerca la hora de dormir, conviene alimentos proteicos como leche, carne de pollo y pescados.

Una alimentación óptima depende de qué alimentos se consumen y, también, de cuándo se consumen

CUÁNDO COMER Y QUÉ COMER

Una de las reglas básicas de la alimentación es hacer cinco comidas al día. Pero, ¿cómo las distribuimos? Veamos:

De día: nutrientes energéticos

Durante la primera parte del día, desde las cinco de la mañana hasta las cinco de la tarde, el cuerpo *consume* energía. Es cuando normalmente más actividad tenemos (vamos a trabajar, al gimnasio...), por lo que necesitaremos alimentos energéticos, es decir, carbohidratos. Un desayuno con pan o cereales será lo óptimo, al igual que tomar pasta o arroz en la comida.

De noche: nutrientes plásticos

Desde las cinco de la tarde, hasta las cinco de la mañana del día siguiente, la actividad va decreciendo hasta que nos dormimos. El cuerpo repara —rehace los tejidos que hemos roto durante el día— y acumula energía para el día siguiente. Ése es el momento en que necesitaremos las proteínas.

Al mismo tiempo, los alimentos proteicos favorecen la síntesis de melatonina, un neurotransmisor reconocido por su papel en la inducción de un sueño más profundo y reparador. La melatonina se sintetiza a partir de la serotonina, y ésta a partir de triptófano, un aminoácido abundante de manera natural en alimentos proteicos como la leche, la carne de pollo y los pescados.

En personas con problemas de sueño, es también muy importante limitar o evitar las bebidas ricas en cafeína o teína a partir de las primeras horas de la tarde.

LA HORA DE COMER Y EL PESO CORPORAL

La hora del día en el que tomemos cada alimento no sólo va a repercutir en nuestra calidad de vida, sino también en nuestro peso.

"Desayuna como un rey, almuerza como un príncipe y cena como un mendigo".

Este refrán popular tiene su sentido si se aplica la cronobiología y la nutrición en relación al control del peso corporal. La diferencia entre la ganancia y la pérdida de peso en las personas está determinada, además de por su valor energético, por la hora del día en que se consume una comida.

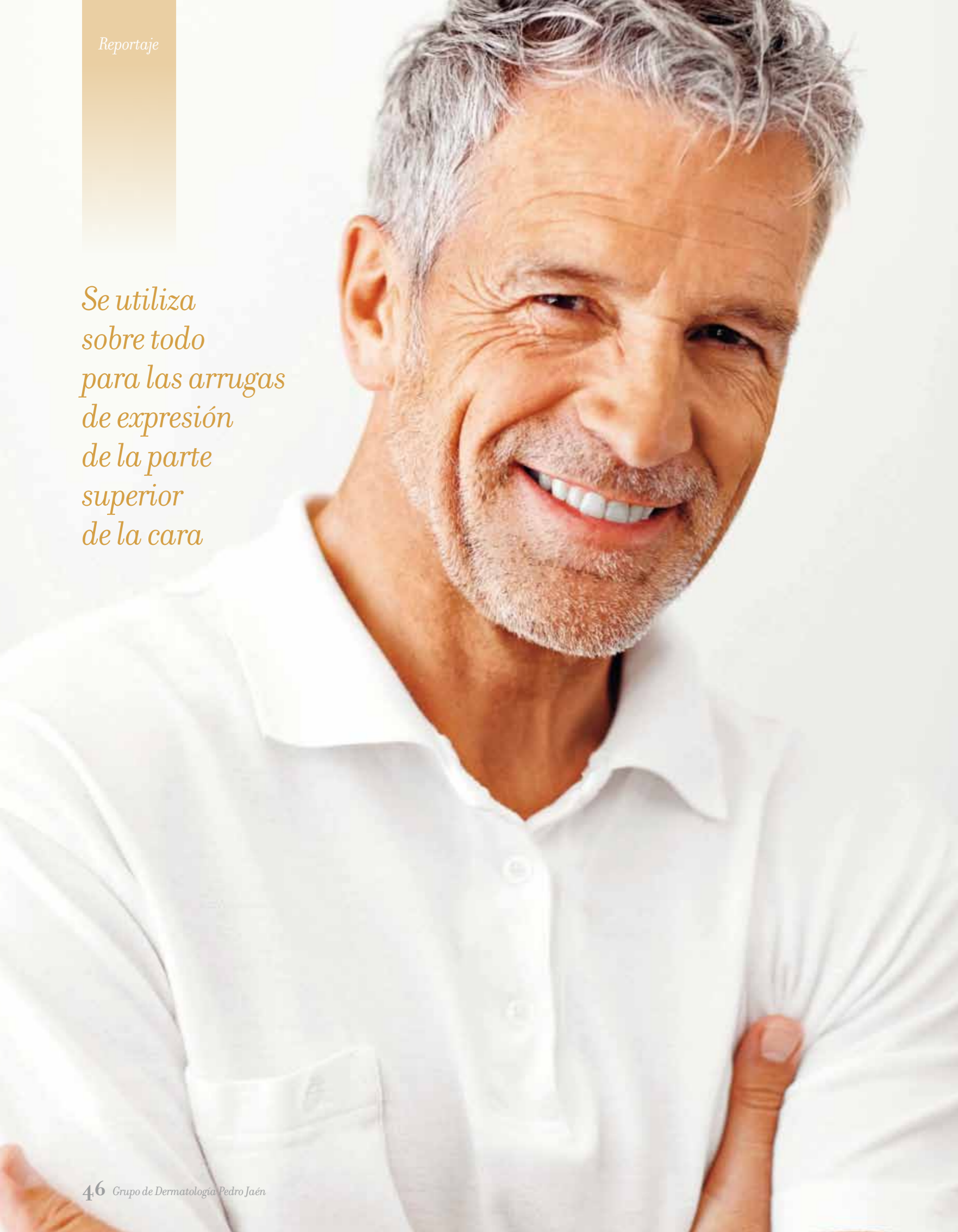
Ya en la década de los 70, el científico Franz Halberg, conocido como fundador de la cronobiología moderna, comprobó en sus diversos estudios en la Universidad de Minnesota (EE UU) que la distribución de la ingesta a lo largo del día influía en el peso corporal. Según los resultados de sus investigaciones, quienes tomaron una única comida de 2.000 calorías (en una proporción del 50% de hidratos de carbono, 15% de proteína, 35% de grasas) por la mañana, perdieron en una semana entre uno y dos kilos de peso, mientras que quienes consumieron la misma comida con las mismas calorías por la tarde se mantuvieron en el mismo peso, e incluso ganaron kilos.

RESPECTAR LOS RITMOS BIOLÓGICOS

Las personas no nos alimentamos sólo porque sentimos hambre. El tiempo dedicado a la comida está determinado o muy condicionado por los hábitos sociales, el ritmo laboral, los turnos de trabajo, la conveniencia y la convivencia, además de otros condicionantes culturales, religiosos o de ocio.

No respetar aquello que nos pide el cuerpo, como comer adecuadamente, dormir o descansar, pasa factura, y sus consecuencias orgánicas se hacen notar: insomnio, falta de atención y concentración, cansancio y depresión. Además, se pueden acentuar enfermedades crónicas como diabetes, hipertensión y obesidad, entre otras. La hora de la comida tiene importantes efectos sobre el organismo, así que una alimentación óptima requiere la consideración no sólo de qué alimentos se consumen, sino también de cuándo se consumen. ■

Se utiliza sobre todo para las arrugas de expresión de la parte superior de la cara



OBJETIVO: SUAVIZAR ARRUGAS Y EXPRESIONES POCO ESTÉTICAS

La infiltración con toxina botulínica es una técnica excelente para moderar las expresiones menos favorecedoras de la mímica facial y sus correspondientes arrugas. Estas últimas se atenúan e incluso pueden llegar a desaparecer. Por Dr. Sergio Vañó

Es uno de los procedimientos que más satisfacciones nos ha dado y que mejor relación beneficio-riesgo presenta. La infiltración con toxina botulínica se ha constituido en una técnica excelente para suavizar las expresiones menos estéticas de la mímica facial (envejecimiento, malhumor, cansancio, estrés, tristeza) y sus correspondientes arrugas de expresión. La musculatura facial es responsable de la expresión de nuestro rostro. Con el tiempo, los movimientos repetidos de estos músculos producen una serie de líneas permanentes: las arrugas. Con la toxina botulínica podemos relajar los músculos y hacer que estas arrugas se atenúen o incluso desaparezcan. Se trata de un procedimiento sencillo de realizar desde un punto de vista técnico, no invasivo, seguro, bien tolerado y con muy baja incidencia de efectos secundarios o complicaciones, que en cualquier caso son leves y temporales. Esto explica la difusión exponencial de esta técnica en el mundo estético, siendo el procedimiento que más ha aumentado en los últimos años. Las arrugas de expresión de la mitad superior de la cara son la indicación más importante de la toxina botulínica en cosmética. Las arrugas del entrecejo, periorculares y de la frente, mejoran de forma espectacular con una adecuada técnica de inyección, al anularse o suavizarse los gestos que las producen, durante unos seis meses después de cada inyección.

ALGO DE HISTORIA

La toxina botulínica (TB) comprende un grupo de neurotoxinas (siete serotipos: A, B, C1, D, E, F y G) producidas por diferentes cepas de la bacteria grampositiva *clostridium botulinum*. Su modo de acción se basa en la capacidad de estas sustancias para relajar de forma temporal los músculos. El inicio de su empleo en cosmética tiene lugar en 1987, al evidenciarse una mejoría de las arrugas de expresión del entrecejo después de tra-



tar a un paciente con blefaroespasmos. Sin embargo, las primeras publicaciones en el tratamiento de las arrugas de la glabella y de la zona periocular tienen lugar a comienzos de los años 90 y, posteriormente, se demuestra su utilidad en otras zonas de la cara y del cuello.

La musculatura facial es responsable de la expresión de nuestro rostro. Con el tiempo, los movimientos repetidos producen una serie de líneas permanentes, las arrugas. La toxina botulínica produce una parálisis flácida temporal del músculo estriado, lo que nos permite tratar las arrugas causadas por los músculos faciales hipercinéticos. Aunque su efecto es transitorio, su aplicación resulta poco traumática, lo que permite prolongar sus efectos indefinidamente a través de inyecciones seriadas. Si bien su indicación inicial es el tratamiento de las arrugas de expresión de la glabella y, por extensión, de la mitad superior del rostro, cada vez adquiere un mayor interés su empleo para suavizar las expresiones que no son estéticas —las arrugas relacionadas con envejecimiento, malhumor, estrés y tristeza— y potenciar las expresiones estéticas. Recientemente ha adquirido un gran interés su aplicación para conseguir el denominado efecto *lifting* mediante la debilitación de toda la musculatura depresora facial, con la consiguiente potenciación de la musculatura elevadora.

PREPARADOS COMERCIALES

En los últimos meses se ha aprobado un nuevo preparado de toxina botulínica con indicación estética llamado Azzalure® (Galderma). En un futuro no demasiado lejano se irán aprobando nuevos preparados comerciales de TB-A (la toxina botulínica de serotipo A). El resto de serotipos se han empleado en un número limitado de pacientes y, de momento, están pendientes de estudios clínicos para valorar su papel como agentes terapéuticos. Por ahora carecemos de suficientes estudios clínicos comparativos y son difíciles de



precisar las ventajas y los inconvenientes de los distintos preparados comerciales. Las dos preparaciones con indicación estética, Vistabel® y Azzalure®, no deben considerarse equivalentes, sino más bien fármacos diferentes, tanto por su proceso de fabricación como por sus características específicas. Existen diferencias en el perfil terapéutico en cuanto a dosis, duración, seguridad, propiedades químicas,

actividad biológica, peso, antigenicidad y dosis-eficacia.

POSTOPERATORIO

Se aconseja no manipular las zonas durante dos o tres horas tras la inyección y se pide que el paciente evite acostarse durante ese tiempo. La contracción repetida de los grupos musculares puede ayudar a aumentar el efecto de la toxina, pero tam-

bién esta contracción realizada de forma exagerada puede provocar la migración de la toxina. Si es necesario corregir alguna asimetría se debe tratar precozmente, a partir de la primera semana. Si la asimetría es poco evidente o nos hemos quedado cortos de dosis, no se debe reinyectar antes del mes. Es importante anotar la dosis por punto de inyección en cada tratamiento, ya que si funciona bien el primer trata-

miento debemos repetir la misma dosis en los siguientes. La reinyección debe efectuarse a los 4-5 meses. El paciente no debe esperar a empeorar completamente antes de volver para un nuevo tratamiento.

Aunque en el momento de la inyección se aprecia ya un cierto efecto de forma sutil, posiblemente por la relajación del músculo por la punción, los resultados no se

El doctor Pedro Jaén es coautor de un consenso internacional acerca del uso de la nueva toxina botulínica Azzalure® con fines estéticos (publicado en la revista 'Journal of the European Academy of Dermatology')

hacen evidentes hasta las 24-72 horas. Se aconseja hacer una revisión del paciente en una o dos semanas para controlar los resultados y descartar complicaciones. La mejoría de la mitad superior de la cara es espectacular con una adecuada inyección durante unos seis meses después de cada infiltración. La mejoría de la mitad inferior de la cara y el cuello es más sutil, y precisa habitualmente la infiltración posterior de materiales de relleno para obtener un resultado suficientemente satisfactorio para el paciente.

En resumen, la toxina botulínica es el procedimiento estético más satisfactorio para nuestros pacientes. Este grado tan alto de satisfacción es siempre la consecuencia de la aplicación de tres principios: indicación correcta, resultados (no es imprescindible que sean óptimos) y ausencia de problemas. La curva de aprendizaje de la técnica puede ser asombrosamente corta para conseguir estos resultados, siempre que se combinen unos conocimientos teóricos suficientes, tanto del producto como de la técnica de aplicación, y unos conocimientos prácticos directos, guiados de la mano de especialistas con experiencia. ■

“PONGO TODA MI PERSONALIDAD EN CADA PROGRAMA”

Mariló Montero,
presentadora de 'La mañana', en La 1 de TVE

NACIDA EN ESTELLA (NAVARRA), EMPEZÓ SU CARRERA EN LA TELEVISIÓN DE COSTA RICA, SUBIÓ LOS PRIMEROS PELDAÑOS EN ESPAÑA JUNTO AL MAESTRO JESÚS HERMIDA. HA TRABAJADO EN OTROS CANALES, COMO EN CANAL SUR Y TELEMADRID, ASÍ COMO EN TELECINCO Y ANTENA 3 TV. APASIONADA DE LOS VIAJES Y DEL ESTILO DE VIDA MEDITERRÁNEO, ESCRIBE UNA COLUMNA SEMANAL EN PRENSA, DESDE DONDE ANALIZA LA REALIDAD.

Por Mercedes Hurtado de Vicente

Comprometida con una observación crítica de la realidad social, escribe desde 2004 una columna semanal, que lleva por nombre *Por montero*, en los periódicos del grupo de medios andaluz Joly. Recordemos que durante años echó raíces en Sevilla, por su relación laboral con la televisión autonómica andaluza. “Hago una selección de toda la actualidad y donde más me duele o sobresalta la noticia, allá voy. Una vez elegida la historia, trato de ir más allá de lo obvio... para provocar la reflexión del lector”, dice Mariló en esta entrevista. Algunas de sus colaboraciones en prensa pasaron a formar parte del libro *Por montero. Crónicas del pensamiento diario* (Styria). También ha publicado, junto a Sergio Fernández, el libro *Saber cocinar. Recetas y trucos de 'La Mañana'* (Espasa Libros).

Gran aficionada a los viajes, devota de la buena alimentación y del ejercicio, se preocupa por la salud de su piel. Con humor nos responde que el accesorio sin el que nunca sale de casa es “las llaves”, para poder entrar a la vuelta, claro.

La presentadora de *La Mañana* ha obtenido numerosos galardones a lo largo de su dilatada vida profesional. Entre ellos destacan la Antena de Oro 2007, por su carrera pro-

fesional; el Premio Gurumelo, por su labor al frente del programa *Mejor lo hablamos*; el Elio, en 2007, a su trayectoria; el premio a la Mejor Presentadora de Televisión 2005, otorgado por la Asociación de Telespectadores ATEA; o el premio Periodistas Gráficos 2005, por su aportación y dedicación al desarrollo de la información televisiva.

UNA NAVARRA QUE VIVE EN SEVILLA. CIUDADES MUY DIFERENTES, A PESAR DE QUE HOLLYWOOD, EN EL FILME NOCHE Y DÍA, HA LLEVADO LOS SANFERMINES A ANDALUCÍA, A CÁDIZ, EN CONCRETO. ¿QUÉ TE ATRAE DE SEVILLA?

Sevilla es una de las ciudades más evocadoras y atractivas que yo haya visitado. Una ciudad donde se puede vivir muy bien, ya que te permite trabajar con el estrés necesario para ser competitivo y con el tamaño perfecto para poder reunirte con los amigos. Los paseos por la ciudad son un decorado español que además se perfuman de forma natural con el azahar. Sevilla es la ciudad donde nacieron mis hijos y donde me siento una auténtica andaluza. Siempre comprendí muy bien sus ritmos, sonnes, costumbres, artes y personalidades. La quiero tanto que me dolió que volvieran a mezclar, con Tom Cruise a la cabeza, churros con merinas. En una entrega de *Misión*

Imposible representaron la Semana Santa de Sevilla como si fuera el Ku Klux Klan. Y en *Noche y día* vimos un San Fermín en las calles de Cádiz. Si se hubieran detenido a conocer nuestras costumbres, no habrían caído en el error, que se tolera por la promoción internacional que se le da a la ciudad.

¿TE CONSIDERAS SEVILLANA?

¿Qué es considerarse de un lugar concreto? Yo soy navarra, de Estella, una de las ciudades más bellas de España. Allí están mis raíces, mi familia y mis amigas de la infancia, con las que me reúno con frecuencia. Soy de Sevilla, porque llevo 20 años viviendo allí. Soy de Madrid, una ciudad moderna que te lo da todo y donde también tengo familia y grandes amigos, además de trabajo. Soy de donde estoy, porque a dónde voy me llevo aquello de donde soy.

ERES UNA GRAN VIAJERA. ¿CÓMO TE DEFINIRÍAS? ¿TURISTA, AVENTURERA...?

Definirse es limitarse en un espacio que impide descubrir otras vertientes o posibilidades. Voy conociendo el mundo de diferentes maneras. Cada destino requiere una actitud distinta, cuyos objetivos son diversos. No se tiene la misma actitud o pretensión al ir a Irán, África o Camboya, que al visitar Londres, Roma o París.



ESCRIBES EN PRENSA DESDE HACE AÑOS UNA COLUMNA PERIÓDICA. ¿CUÁL ES TU FUENTE DE INSPIRACIÓN?

La empatía con el tema que haya elegido para escribir esa semana. Hago una selección de toda la actualidad y donde más me duele o sobresalta la noticia, allá voy. Una vez elegida la historia, trato de ir más allá de lo obvio... para provocar la reflexión del lector. Escribir es un acto íntimo que se publica. Una expresión libre pero silente. Un acto delicado que acometo con mucho respeto, como con todo lo que hago.

DISPONES DE PÁGINA WEB PROPIA. AL MARGEN DE ESO, ¿TIENES PERFILES EN REDES SOCIALES? SI ES ASÍ, ¿ERES UNA USUARIA INTENSIVA?

Tengo una página web como un servidor para acceder a mis artículos y a otros datos útiles en determinados momentos vinculados a mi profesión. Las redes sociales como Facebook, Tuenti o Twitter llevan mucho tiempo, del que carezco. De todas maneras, hacer públicas fotografías y comentarios privados me da pudor.

¿TE GUSTA HACIA DÓNDE CAMINA LA TELEVISIÓN? ¿QUÉ OPINAS SOBRE ESA DERIVA QUE MUCHOS ESCÉPTICOS DICEN QUE HAY HACIA LA TELEBASURA? ¿NO ES MEJOR PASAR DEL TDT Y SÓLO PONERSE DVD, DISCOS BLU-RAY O LO QUE SEA, MENOS SINTONIZAR LA TELE?

Bueno, esa es una elección personal. La televisión en general es un servicio de uso libre. Unas televisiones se mueven con un

objetivo empresarial y otras como servicio público. Esta diferencia marca a su vez los contenidos y las formas de cada una. En mi opinión, la TDT ha generado una proliferación de cadenas con las que se multiplican las voces y, con ello, la libertad de expresión. Atienden las expectativas y deseos de empresas que consiguen emisiones de programaciones antes imposibles con sólo tres cadenas privadas. Pero los presupuestos son tan bajos que ello merma la calidad de las emisiones, su producción y algunos contenidos.

¿CREES QUE TENEMOS LA TELEVISIÓN PÚBLICA QUE NOS MERECEMOS? HABLO EN GENERAL, AUTÓNOMICAS INCLUIDAS.

TVE está en su mejor momento. Hace justo un año, cuando se anunció que se iba a quitar la publicidad, una corriente de opinión sostenía que la cadena pública viviría de las rentas de hace 50 años hasta diciembre, cuando empezaría la caída. Los hechos han demostrado todo lo contrario. Hay una buena gestión, a pesar de las limitaciones económicas por los recortes de las inyecciones económicas y la falta de ingresos por publicidad. Es cierto que es tan ajustado el presupuesto, incluso de mi propio programa, que hay limitaciones para poder hacer cosas muy sencillas. Pero ahí están los resultados: la cadena más vista es TVE.

LA BBC TIENE EL LISTÓN DEMASIADO ALTO, ¿NO CREES?

TVE no puede compararse con la BBC. Primero porque la cultura española y la británica son diferentes. En el Reino Unido, cada ciudadano paga, al comprar una televisión, por un aparatito que le permite ver la cadena pública. El ciudadano británico paga por ver la cadena pública, y así la considera más suya. Imagínate que cada ciudadano paga 120 euros de canon. Multiplica... Así, el presupuesto de la BBC es muy rico, por lo que se pueden hacer buenas producciones.

El modelo es el ideal para nuestra televisión pública, pero lo españoles no tenemos la cultura de pagar por lo que creemos que

Para estar en forma, propone hacer deporte, comer bien, descansar y ser optimista: "A la vida siempre hay que darle en la cara con una sonrisa"

debe ser gratis. Ahora, llévalo a la práctica: si somos 47 millones de ciudadanos en España y cada uno pagara un canon de 120 euros por ver la televisión pública, calcula el presupuesto que TVE tendría para hacer su programación y otros cometidos de su servicio público. En la actualidad son las telecos y cadenas privadas quienes deben dar un porcentaje de sus ingresos para la televisión pública. Pero no se está pagando, incluso este asunto está ya en el Tribunal Europeo. En resumen, la BBC es un buen ejemplo pero, por el momento, inviable en España.

¿QUÉ PONES DE TU PERSONALIDAD EN TU PROGRAMA?

Todo.

EMPEZASTE A HACER TELEVISIÓN EN... ¿COSTA RICA!

La vida obedece a ciertas llamadas seductoras de grandes personas que te ofrecen grandes oportunidades. Y esa la aproveché y la recomiendo.

TRABAJASTE CON JESÚS HERMIDA ALLÁ POR LOS FINALES AÑOS 80.

Trabajar con Jesús Hermida es siempre una experiencia apasionante. Le doy gracias por haber tenido la oportunidad de estar en su equipo, y por tener su confianza y cariño. Todo lo que hice con Jesús fue apasionante. PJ

LIFE & STYLE

¿Qué reglas sigues para mantenerte en forma y estar guapa?

Por mucho que una se empeñe en ir a centros de estética para tener los muslos como una quinceañera, lo único que funciona es ir al gimnasio. Esa es mi opción. Una alimentación equilibrada y tratar de descansar son claves fundamentales para mantenerte en forma. Y la actitud personal: a la vida siempre hay que darle en la cara con una sonrisa.

¿Sigues algún régimen alimenticio específico? O eso no va contigo...

Yo como de todo. Lo mejor es comer cinco veces al día para no llegar hambrienta a la mesa y devorar el plato. El hambre debe ser una sensación de placer, no de angustia. Y eso que nosotros no tenemos ni idea de lo que es el hambre. Comer despacio, masticar varias veces y distinguir que la ansiedad no es hambre y que comiendo no se te quita la ansiedad.

¿Qué accesorio nunca te olvidas al salir a la calle?

Las llaves de casa, para volver a ella.

¿Qué prenda crees que te sienta mejor?

Para la calle, un vaquero. Para casa, el algodón, y me gusta caminar descalza.

¿Qué cuidados das a tu piel?

Me rindo ante mi dermatólogo. Ha habido un cambio importante sobre la imagen de los dermatólogos en España. Antes acudías a ellos cuando tenías una afección grave en la piel. Ahora que ellos se han especializado en tratamientos de mantenimiento y belleza, han conseguido, al menos en mi caso, que yo vaya al dermatólogo para cuidarme y huir de algún centro médico que te tenía de conejillo de indias para poner a prueba nuevos tratamientos. Confío plenamente en el doctor Julián Conejo Mir y el doctor Pedro Jaén. Tengo absoluta confianza en ellos y, además, son sensatos. No se vuelven locos, puesto que tratan de mantener la cara natural.

LA CIRUGÍA DE MOHS

Ofrece los mayores porcentajes de curación de los cánceres de piel de peor pronóstico. *Por Dr. Luis Ríos*

La cirugía de Mohs es una técnica quirúrgica que permite la extirpación de tumores cutáneos con los más altos porcentajes de curación, cercanos al 100% para los tumores primarios. Esto es posible gracias a la supervisión microscópica, que permite analizar el 100% de los bordes tumorales de cada una de las capas. Así se puede guiar al cirujano en las sucesivas persistencias tumorales hasta la completa extirpación del tumor.

Esta técnica tiene una gran aceptación en Estados Unidos, donde un 30% de todos los epitelomas son intervenidos con cirugía de Mohs, y poco a poco va adquiriendo protagonismo en Europa. La cirugía micrográfica de Mohs ocupa actualmente un lugar relevante en el tratamiento del cáncer de piel, tanto en Estados Unidos como en Europa.

Además de la extirpación completa del tumor, este método tiene la extraordinaria ventaja adicional de no precisar márgenes de seguridad a ciegas. Debido a que la mayoría de los cánceres de piel se producen en la cara, esta técnica supone una gran ventaja para el enfermo, ya que permite el ahorro de tejido sano y mejores posibilidades de reconstrucción posquirúrgicas.

MAYORES PORCENTAJES DE CURACIÓN

Las estadísticas a largo plazo indican que la técnica de la cirugía de Mohs es la que

mayores porcentajes de curación consigue a pesar de que los enfermos que son tratados bajo esta modalidad suelen ser los de peor pronóstico. ¿Se deben tratar, por tanto, todos los tumores cutáneos con esta modalidad? Evidentemente, no. Sólo aquéllos que sean de alto riesgo, o que, debido a su localización, conviertan en importante el ahorro de tejido sano. Llamamos tumores de alto riesgo a aquéllos que, por sus características, tienen mayores probabilidades de recurrencia si son extirpados con terapias convencionales. Esto es debido a que en muchos casos tales tumores tienen prolongaciones que no pueden ser observadas clínicamente.

El cáncer de piel es el tumor más frecuente en humanos. En el año 2001 se diagnosticaron en Estados Unidos más de 1,3 millones de nuevos casos de cáncer de piel. Además, alrededor del 35% de los pacientes con un tumor de piel desarrollarán un segundo tumor en el plazo de cinco años.

En una visión global, los tumores cutáneos representan un grupo muy heterogéneo de neoplasias, tanto clínica como histológicamente y, por supuesto, en cuanto a su pronóstico.

Ante un enfermo con cáncer de piel, la finalidad terapéutica es eliminar el tumor respetando al máximo la piel sana y conservando la funcionalidad y la estética.

En general, los tumores de bajo grado pueden ser tratados con técnicas como la cirugía convencional, crioterapia, terapia fotodinámica, radioterapia o curetaje y electrocoagulación. Los de alto grado deben ser tratados con cirugía de Mohs.

CADA VEZ MÁS INDICACIONES

Si bien la técnica se utilizó en un principio para el tratamiento de carcinomas basocelulares y espinocelulares, el número de indicaciones crece día a día. Además de las indicaciones habituales, es importante saber que el ahorro de tejido sano que se consigue con esta técnica es tan importante que, en muchos casos de tumores no agresivos, su indicación viene dada por esta cualidad de la cirugía de Mohs. El porcentaje de tejido sano que se puede ahorrar en comparación con la cirugía clásica es del 180% en tumores primarios, y del 347% en recidivantes.

La técnica de la cirugía de Mohs estriba en realizar de forma sistemática y ordenada una secuencia que consiste en extirpar una capa de piel, aplanarla y analizarla al microscopio, pudiendo observar toda la base de esa capa. Este proceso se denomina *pase* o *estadio*. Al final de cada *pase* podremos saber si el tumor ha sido extirpado o si hay persistencia en alguna zona. En ese caso se realizará un nuevo *pase*, y así sucesivamente hasta completar la total extirpación. **PI**

Esta técnica permite la completa extirpación del tumor y el ahorro de tejido sano de la cara, lo que facilita la reconstrucción posquirúrgica



© L'ORÉAL PARIS

LÁSER FRAXEL DUAL

Disponemos de la última generación de láser fraccional, el sistema más revolucionario de rejuvenecimiento facial.

Por Dra. Mónica González

La tecnología láser Fraxel Dual combina la seguridad de los tratamientos no ablativos y los buenos resultados de los más agresivos o ablativos. Además, se han realizado estudios que prueban que se puede utilizar en cualquier parte del cuerpo, incluso en las más delicadas, como cara, cuello, escote, dorso de las manos, piernas y otras zonas.

“Descubrimos con nuestro estudio que Fraxel re:store Dual es el tratamiento más efectivo para múltiples AK faciales, y que es seguro y requiere de un reposo mínimo, a la vez que mejora otros signos de fotoenvejecimiento”, explica Roy G. Geronemus, director del Centro de Láser y de Cirugía de la Piel en Nueva York.

BENEFICIOS DE LA TÉCNICA

Desde la primera sesión se nota una piel más tensa, luminosa, más tonificada y con mejor textura. La tecnología consigue mejorar arrugas superficiales, cierra poros y, por tanto, mejora el aspecto de la piel, atenúa las arrugas más profundas y mejora cicatrices, tanto de acné como estrias. Pero la principal novedad del nuevo Fraxel re:store Dual es que puede mejorar el melasma y las queratosis actínicas, dos de los tipos de manchas más frecuentes en la piel.

NÚMERO DE SESIONES NECESARIAS

Una de las ventajas de este nuevo láser es que el propio paciente puede diseñar su programa en función del tiempo de recuperación del que disponga. Se puede hacer una única sesión trabajando con una intensidad alta, pero necesitará entre cuatro y cinco días de recuperación, en los que la piel se enrojecerá hasta formar una ligera costra. Pero si el paciente no se quiere retirar de la vida social, podemos hacer dos o tres sesiones más suaves. También depende de los signos de envejecimiento que se quieran tratar. Pero la media puede estar entre una y cuatro sesiones.

Al ser un tratamiento no ablativo, no hay herida ni exudación, ya que la capa superficial de la piel queda intacta. Por tanto, inmediatamente después del tratamiento se puede aplicar maquillaje para disimular el enrojecimiento. Esta tecnología puede utilizarse en cualquier tipo y fototipo de piel.

GRADO DE DISCONFORT

El equipo lleva incorporado en el cabezal una salida de aire frío para evitar que la piel se caliente demasiado, lo que mejora notablemente el confort del paciente. Aplicamos un poco de crema anestésica unos 45 minutos antes del tratamiento para eliminar totalmente las molestias.

¿EXISTEN EFECTOS SECUNDARIOS?

El tratamiento no tiene contraindicaciones. Después de cada sesión, resulta normal el enrojecimiento de la piel, que desaparece a las pocas horas. Al día siguiente se puede hacer vida normal, pero no se debe tomar el sol durante las cuatro semanas que siguen al tratamiento, por lo que recomendamos que se utilice un protector solar. ☑

DOS TIPOS DE LÁSERES

El sistema incorpora dos clases de láseres en un mismo equipo, lo que permite seleccionar la potencia y profundidad para tratar los diferentes signos de envejecimiento:

* Un láser de Erbium (1.550 nm), que actúa en la capas intermedias y profundas de la piel. Es más rápido y menos doloroso.

* El láser Thulium, un nuevo tipo de láser de 1.927 nm, único en el mercado. El Thulium trabaja de forma similar a un láser ablativo pero sin dañar ni evaporar las capas externas de la piel. Actúa en las capas más superficiales ésta, dejando intacta la parte exterior. Con este tipo de longitud de onda, no se había utilizado antes en estética.

Fraxel re:store Dual recibió la aprobación de la FDA, la autoridad sanitaria de Estados Unidos, para su uso en el tratamiento de la queratosis actínica y melasma

Mejora las arrugas más profundas, las marcas de acné y cierra los poros

MANERAS DE VIVIR: SALIR FUERA



En España todavía nos cuesta disfrutar del jardín o la terraza como lo hacen las gentes del Norte. Pero esto ya está cambiando y poco a poco utilizamos más veces al año ese "espacio exterior". Es una buena costumbre y el clima nos lo permite. Porque, en ese "espacio", un desayuno en un día soleado de noviembre o una comida con sobremesa en febrero u octubre deberíamos considerarlos un auténtico lujo. Claro que, para disfrutar de esos momentos, hay que decorar bien esas "estancias de exterior" y prepararlas para salir a ellas en cuanto nos apetezca.

Hace años, en la oferta de muebles de exterior contábamos con muy poca variedad en cuanto a diseño y materiales. Pero el panorama ha cambiado bastante. Así, de los nuevos materiales que podemos encontrar, conviene destacar los siguientes:

ALUMINIO. Ha aportando importantes novedades a la decoración, pues su ligereza y maleabilidad lo han convertido en uno de los 'materiales estrella'. También podemos encontrarlo en la modalidad de **ALUMINIO**

FUNDIDO, que ofrece un aspecto más robusto y los muebles pueden parecer de hierro, por su peso, pero sin embargo tienen las características del aluminio en cuanto a su resistencia total a la intemperie. Diríamos que son muebles "para toda la vida".

FIBRAS ARTIFICIALES. Junto al aluminio, suponen la gran evolución en el mercado de los muebles de exterior. Podemos distinguir entre los tejidos de **POROTEX,** que permiten realizar muebles sin necesidad de cojines, ya que este tejido es muy cómodo y permanece inalterable a los cambios de temperatura, además de repeler la humedad y ser transpirable. Incluso se hacen cojines en este tejido, de manera que podemos dejarlos en el jardín aunque llueva.

La fibra artificial se realiza con vinilos de alta gama, por lo general, y se trabaja como si fuera fibra natural. De forma artesanal, se trenza sobre estructura de aluminio o caña. No necesita protegerse del invierno, aunque es conveniente tener la garantía del fabricante. Este detalle es clave, pues justifica la diferencia de precio que el cliente puede en-

contrar. Al igual que todos los materiales anteriores, debe limpiarse con jabón neutro.

TEJIDO VINYTEX. Se trata de un material que repele la humedad y nos permite sentarnos en él con ropa de baño mojada. Se utiliza sobre todo para sillas de comedor y tumbonas, pero algunas firmas también lo emplean como tapicería.

PIEL NÁUTICA. Ha sido la última incorporación a los diseños de muebles de exterior y permite dejar fuera la tapicería todo el año, ya que es del mismo material que las colchonetas de los barcos. Posibilita diseños de gran confort y alto nivel de acabados.

Salir fuera, vivir en el exterior como si estuviéramos en el interior, es, sin duda, una forma de vivir. Y de la misma manera, podremos interactuar en el interior de la casa, colocando detalles decorativos de exterior: unas sillas de fibra artificial pueden ser una estupenda opción en la cocina y darle un toque más cálido y cómodo. Muchos son los detalles que podemos mezclar para lograr ese ambiente único dentro y fuera de nuestras casas. **PI**

único en su especie

césped, grandes ejemplares, **tendencias,** arbustos, árboles, manteles, abonos, jarras, **vajillas,** filtros, textil, plantas acuáticas, cintas, plantas de flor, semillas, **cojines,** ropa, estanques, cestería, aromaterapia, **cristalería de mesa,** reparto a domicilio, velas, bombas de agua, barro, librería especializada, celosías, zona infantil, flor, jaulas, **muebles y decoración,** trepadoras, arenas decorativas, transportines para gatos, **cerámica,** **cursillos,** vitaminas, acuarios, higiene animal, serrín, **fuentes,** fitosanitarios, iluminación del jardín, **departamento de proyectos,** acuarios, aparcamiento gratuito,



anuales y vivaces, **animales,** coníferas, forja, cuadros, **regalos,** plantas de interior, comederos, **bonsáis,** parasoles, maceteros, cuadros, peceras, **esculturas,** plantas de huerto, **casitas de jardín,** flor, corales, cristal, bulbos, flor artificial, **iluminación,** riego por aspersión, riego por goteo, **candelabros,** collares, cortacespedes, floristería, correas de paseo, **publicaciones,** **barbacoas,** cepillos, juguetes, antorchas, maquinaria, alimentación, botelleros, paisajes para acuarios, asesoramiento especializado, **30.000 m² llenos de ideas.**





DERMOMAP HD

LA PRIMERA APLICACIÓN PARA LA AYUDA AL DIAGNÓSTICO DE PATOLOGÍAS CUTÁNEAS

Dermomap HD es la primera aplicación médica para la ayuda del diagnóstico dermatológico. Creada por un equipo de profesionales españoles, en la actualidad ostenta el puesto número uno en descargas médicas *online* para iPad en España. Además, se situó entre las 10 aplicaciones con mayor número de descargas en Estados Unidos durante su primera semana de vida.

Según el doctor Pedro Jaén, jefe del Servicio de Dermatología del Hospital Ramón y Cajal de Madrid y miembro del equipo que ha desarrollado Dermomap HD, "el diagnóstico de las patologías cutáneas puede ser complejo por dos razones: en primer lugar, porque las enfermedades de la piel son muy frecuentes, tanto en las consultas de atención primaria (AP) como en las farmacias. Y en segundo lugar, porque el tiempo que se dedica a la formación en dermatología durante el periodo universitario es muy escaso, lo que provoca que el

La revolución de las Apps llega a la dermatología de la mano de un equipo de profesionales españoles. Por Manel Torrejón

diagnóstico se pueda volver complicado si nos salimos de las patologías más comunes y sencillas".

"De hecho —prosigue el especialista—, cuando a los médicos de atención primaria se les pregunta por sus preferencias en formación, es habitual que se decanten por la dermatología. Esto se debe a la frecuencia de los procesos dermatológicos en sus consultas, así como a la dificultad que representa para ellos su diagnóstico, debido a la escasa formación que tienen durante la carrera e, incluso, durante su especialización en atención primaria".

El doctor Sergio Vañó Galván, adjunto al Servicio de Dermatología del Hospital Universitario Ramón y Cajal de Madrid, explica: "Gracias a Dermomap HD, estos especialistas podrán disponer de una herramienta práctica que les oriente en el diagnóstico de las patologías cutáneas. Esta aplicación supone una gran ayuda para su formación y para mejorar la atención de los pacientes. Por su parte, los farmacéuticos dispondrán de información actualizada acerca de los tratamientos dermatológicos, que les permitirá asesorar a los pacientes que acuden con un tratamiento anteriormente recetado por el médico".

La aplicación va dirigida a médicos de familia y farmacéuticos, y también a médicos residentes, estudiantes de medicina, enfermeros y otros profesionales sanitarios, pacientes con curiosidad por su patología y población general interesada en la formación dermatológica.

LAS 100 PATOLOGÍAS MÁS COMUNES

Dermomap HD contiene una base de datos de las 100 patologías cutáneas más frecuentes, número que se ampliará en futuras ediciones de la aplicación. "Estas 100 patologías suponen el 95% de los diagnósticos de los pacientes que acuden a los centros de atención primaria", explica el doctor Pedro Jaén. "Mediante un sistema de sencillos al-

Ha logrado el puesto número uno en descargas médicas para iPad en España, y se situó entre las 10 aplicaciones con mayor número de descargas en EE UU durante su primera semana de vida

goritmos, el programa puede reducir el número de posibles diagnósticos de 100 a un número inferior a 5, por lo que el estudio de las patologías se hace de manera rápida y dirigida".

La aplicación está pensada para ser un manual de dermatología, de fácil manejo, rápido, muy visual, donde el propio usuario puede subir sus fotografías y compararlas con las propias de la aplicación. Se trata de una aplicación basada en contenidos de un elevado rigor científico, presentados de modo interactivo e intuitivo. La versión iPhone de Dermomap HD está disponible en el App Store de Apple.

"De forma análoga al Vademecum, del que todos los médicos disponemos para consultar el nombre y la dosis de los fármacos, Dermomap HD pretende ejercer de Vademecum dermatológico para que todo médico y profesional sanitario pueda disponer de una guía práctica de ayuda para orientar de manera inmediata el diagnóstico de los problemas de la piel, ofreciendo información actualizada de las enfermedades dermatológicas y su tratamiento", explica el doctor Vañó Galván.

Además de ayudar al diagnóstico de las patologías cutáneas, otro de los objetivos de Dermomap HD es difundir la formación en dermatología. Con un lenguaje sencillo y un sistema fácil de manejar, además de ágil, la aplicación está compuesta de 4 secciones:

BUSCA. En una lista alfabética de patologías cutáneas se puede encontrar, de forma rápida, la patología y acceder a toda la información e imágenes de la misma.

DIAGNOSTICA. A través de un sencillo *interface* donde se elige localización, duración y síntomas, entre otros parámetros, un algoritmo orienta al usuario en el diagnóstico de cualquier lesión cutánea. Además, permite identificar en pocos segundos a qué patología/s pueden corresponder unas determinadas lesiones.

COMPARA. Se pueden seleccionar las fotos de las patologías de mayor interés y compararlas con fotos introducidas por el usuario.

PRACTICA. Ofrece la posibilidad de evaluar los conocimientos adquiridos con la aplicación mediante diferentes tipos de examen, con imágenes y preguntas tipo test. **■**

ACERCA DE LABORATORIOS GALDERMA

Creada en 1981 como una *joint venture* entre Nestlé y L'Oréal, Galderma es una compañía farmacéutica líder mundial dedicada a la investigación, desarrollo y comercialización de innovadoras soluciones terapéuticas, correctivas y estéticas de los pacientes dermatológicos. La experiencia de Galderma abarca un amplio espectro de tratamientos para la piel, el cabello y enfermedades de las uñas, con un enfoque sobre el acné, rosácea, psoriasis y dermatosis sensible a esteroides, onicomicosis, enfermedades de pigmentación, los cánceres de piel y soluciones médicas para el envejecimiento de la piel.

La compañía está presente en más de 65 países, con más de 3.000 empleados, y tiene uno de los mayores centros de I+D dedicados exclusivamente a la dermatología, en Sophia Antipolis, Francia.

Los principales productos de Galderma son los siguientes: Differin® (adapaleno), primer producto investigado por la compañía e indicado para el tratamiento tópico del acné; Epiduo® (adapaleno y peróxido de benzoilo), para el acné; Rozex® (metronidazol para la rosácea); Clobex® (propionato de clobetasol para la psoriasis); Loceryl® (amorolfina para la onicomicosis); Azzalure® (toxina botulínica tipo A para las arrugas del entrecejo); la gama Emervel® (ácido hialurónico con lidocaína para arrugas faciales) y Cetaphil® (línea terapéutica para el cuidado de la piel).

La web de la compañía es: www.galderma.es



El doctor Pedro Jaén (centro); izquierda, el doctor Sergio Vañó Galván; derecha, el doctor Manuel Fernández Lorente.

INVESTIGANDO LA PIEL

LAS MARCAS DE COSMÉTICA APUESTAN POR LA INNOVACIÓN

Para lograr resultados cada vez más sorprendentes, las firmas cosméticas apuestan por la investigación. Pese a que muchos son los campos de investigación cosmética, el más relevante es, sin duda, cómo poder retrasar el proceso de envejecimiento. Uno de los trabajos más importantes, premiado en el Congreso de la International Federation of Societies of Cosmetic Chemists (IFSCC) de 2006, develó que la proteína serpin b3 es el principal causante de que la función de barrera protectora de la piel no se realice de manera correcta. Así se explica que la piel no esté protegida ante los agresores externos (tales como los rayos UV, la contaminación y la sequedad) y que ésta envejezca de manera prematura.

Shiseido, que impulsó aquella investigación, ha desarrollado un compuesto capaz de suprimir los niveles de serpin b3 en la piel, y lo ha incorporado en la línea de tratamiento Future Solution LX (compuesta de cinco productos: limpiadora, equilibrante, crema de día, crema de noche y contorno de ojos).

"La cosmética actual busca soluciones a corto plazo para problemas específicos de la piel, pero nadie había llegado a saber exactamente por qué la piel envejece de manera prematura, para poder, de esa manera, desarrollar una fórmula que lo evitase", explica la doctora Katagiri, investigadora de Shiseido y responsable de estos trabajos.

Ese esfuerzo por crear productos innovadores y eficaces ha dado también frutos con Teint Miracle, de Lancôme: los avances de la óptica aplicados a la biología han permitido demostrar que la luz no

Las tecnologías punta, el trabajo de laboratorio y las materias primas selectas hacen avanzar la cosmética actual.

Por Blanca Cubí

sólo se refleja en la superficie, sino que también es reenviada desde lo más profundo de la piel.

Otra apuesta de éxito surgida del ámbito de la investigación es Skin.Ergetic, de Biotherm, que identifica un extracto de brócoli como el mejor ingrediente activo para combatir el cansancio de la piel. Biotherm escoge brotes jóvenes de brócoli ricos en sulforafano para estimular

la producción de NrF2, una proteína antioxidante de autodefensa.

Tecnologías punta, descubrimientos merecedores de premios de investigación cosmética y materias primas muy selectas (como el oro, el diamante, etc), hacen que la cosmética actual cada vez esté más cerca de alcanzar su objetivo: retrasar el envejecimiento de la piel y minimizar al máximo sus efectos. **PI**

TEINT MIRACLE DE LANCÔME

Las mujeres de todo el mundo tratan de conseguir una piel perfecta pero de aspecto natural, con un "no sé qué" de luz que les haga parecer aún más guapas. Este resplandor único es lo que conocemos como el aura.

Lancôme ha creado el primer fondo de maquillaje que recrea el aura de una piel perfecta. Los avances de la óptica aplicados a la biología han permitido a los laboratorios de investigación de Lancôme demostrar que la luz no sólo se refleja en la superficie, también es reenviada desde lo más profundo de la piel.

Cuando la luz visible toca la piel...

- El 5% de la luz es reflejada: es el resplandor de superficie de la piel.
- El 95% de la luz penetra en la piel e interactúa con la epidermis y la dermis. De dicho porcentaje, un 55% es absorbido y un 40% es refractado hacia la superficie: es la luz interior de la piel. En su apogeo, este resplandor de superficie y esta luz interior crean el aura de la piel, que hoy la 'ciencia Lancôme' ya sabe cómo reproducir.



© L'ORÉAL PARIS

FUTURE SOLUTION LX DE SHISEIDO

Cuatro productos para un cuidado perfecto

EXTRA RICH CLEANSING FOAM

Se trata de una lujosa espuma que limpia en profundidad, minimiza la aparición de impurezas y mantiene la humedad esencial de la piel. Proporciona una sensación fresca y suave y prepara la dermis para optimizar los beneficios de Skingenecell 1P, formulado en los tratamientos que se aplican a continuación.

CONCENTRATED BALANCING SOFTENER

Una loción equilibrante enriquecida que aporta a la piel, de manera inmediata, una hidratación duradera, una sensación de flexibilidad y una suavidad sin precedentes. Además, afina la textura de la piel mientras realiza una ligera exfoliación que hace que se optimicen los beneficios.

DAYTIME PROTECTIVE CREAM

Una crema hidratante multifuncional de día que protege y fortalece la piel para que resista los factores medioambientales y los rayos UV (la principal causa de envejecimiento prematuro). Reduce la aparición de arrugas y la flacidez. Mejora notablemente la calidad de la piel, y consigue un cutis uniforme y luminoso.

TOTAL REGENERATING CREAM

Esta crema hidratante es altamente efectiva durante la noche, aporta energía a la piel, la revitaliza y la restaura. Consigue reducir la aparición de cualquier signo de envejecimiento y recobra el aspecto sano y juvenil del rostro. En este último paso del ritual del cuidado diario, se recomienda aplicar el producto con un ligero masaje para mejorar la microcirculación y obtener así como resultado un cutis sano y revitalizado. **PI**



© L'ORÉAL PARIS

SUN CARE DE SHISEIDO

URBAN ENVIRONMENT UV PROTECTION CREAM PLUS SPF 50 UVA

Alta protección diaria ligera que proporciona una hidratación excepcional y protege contra los agresores externos, como rayos UV, sequedad y polución. La perfecta protección diaria urbana.

© L'ORÉAL PARIS

LASH QUEEN FATAL BLACKS DE HELENA RUBINSTEIN

Despliega tu mirada fatal

La serpiente, cuyos movimientos de curvas sinuosas hipnotizan a sus presas, ha sido fuente de inspiración de la última innovación en maquillaje de Helena Rubinstein: Lash Queen Fatal Blacks.

Dos tonos para una mirada peligrosamente depredadora: negro magnético, una mirada audaz más intensa gracias a un negro profundo; y marrón hipnótico, un tono tremendamente hipnotizador que embellece el iris.

Helena Rubinstein se ha inspirado en las técnicas de rizado de pestañas profesionales para crear un cepillo exclusivo pitón, que representa la forma sinuosa y ondulante de la serpiente. Bajo su influencia, las pestañas se ven elevadas y curvadas al instante desde la raíz y, en un único gesto, se consigue una mirada cautivadora. La fórmula *ultra-grip* envuelve y eleva las pestañas desde la primera aplicación. **PI**



SKIN.ERGETIC DE BIOTHERM

Cosmética fresca y con brócoli

Biotherm ha inventado la *cosmética fresca*. Esta forma de entender los tratamientos de belleza ofrece la posibilidad de usar ingredientes activos frágiles pero poderosos —más difíciles de usar dada su elevada inestabilidad—, de combinar ingredientes activos de formas nuevas y sin precedentes, y de usar concentraciones más elevadas de estos ingredientes activos para aumentar considerablemente la eficacia de la fórmula.

¿Cuál es el mejor ingrediente activo para combatir el cansancio de la piel? Esa pregunta se ha hecho Biotherm. La respuesta: un extracto de brócoli, rico en sulforafano y un ingrediente activo ultra eficaz para dar nuevas energías a la piel.

Skin.Ergetic Sérum es una combinación única de producto antifatiga. El programa Skin.Ergetic consta del Serum Boost Energy Up, de la crema de día Anti Ox (tratamiento hidratante antioxidante continuo) y de la crema de noche Detox (tratamiento hidratante de noche de recuperación intensa). **PI**



MIDNIGHT RECOVERY CONCENTRATE DE KIEHL'S SINCE 1851

Durante el día, la piel está sometida a agentes agresores externos e internos. Por este motivo, cuando llega la noche, la piel necesita regenerarse, repararse y reponerse del esfuerzo realizado como consecuencia de las tensiones diarias. Debido a esta necesidad, la marca de cosmética neoyorquina Kiehl's ha desarrollado Midnight Recovery Concentrate, un poderoso elixir regenerador formulado con escualeno y aceite de onagra con aroma de lavanda. **PJ**



TRATAMIENTO ANTIARRUGAS DE KIEHL'S SINCE 1851

Kiehl's Since 1851 introduce una nueva fórmula a su línea Dermatologist Solutions. Se trata de Double Strength Deep Wrinkle Filler, un tratamiento antiarrugas que ofrece resultados inmediatos y a largo plazo, sin el uso de siliconas. La reducción inmediata de las arrugas y de las líneas de expresión está clínicamente demostrada en tan sólo cuatro semanas. **PJ**



SKINCEUTICALS

La línea de cuidados SkinCeuticals asocia activos farmacéuticos puros, así como ciertos activos naturales, reconocidos por su eficacia. Estos activos son formulados a elevadas concentraciones, según procesos tecnológicos que optimizan su absorción cutánea.

SkinCeuticals permite obtener resultados visibles inmediatos y duraderos sobre los principales problemas de la piel.

- TRATAMIENTO CORRECTOR ANTIEDAD
- TRATAMIENTO REVITALIZANTE PARA PIELES CON MANCHAS
- TRATAMIENTO INTENSIVO PARA PIEL DESHIDRATADA
- TRATAMIENTO DETOXIFICANTE PARA PIELES CON IMPERFECCIONES
- TRATAMIENTO SUAVE PARA PIEL SENSIBLE
- TRATAMIENTO PERFECCIONADOR PARA EL HOMBRE. **PJ**



GÉNIFIQUE NUTRICS DE LANCÔME

Pionero en investigación genómica y proteómica, Lancôme ha creado la primera solución para los problemas de las pieles secas: Génifique Nutrics. Contiene un complejo de activos que reactiva la actividad de los genes y estimula la producción de proteínas, reflejo de una piel sin señales de sequedad. Está demostrado: tras un mes de utilización, el 94% de las mujeres declaran no tener ya la piel seca. **PJ**

© L'ORÉAL PARIS



ULTRA LAVANDE PRIMAVERA 2011 DE LANCÔME

ENTRE EL ESPÍRITU 'GREEN' Y EL DISCO 'DREAM'

Siempre en busca de la máxima naturalidad, Lancôme revoluciona otra vez lo que ya creíamos saber sobre el maquillaje 100% de origen natural. Al fin llegan texturas ultracomodas y colores alegres. Fiel al espíritu setentero, Ultra Lavande nos descubre una familia de productos de origen natural o mineral, sin renunciar al color ni a la sensorialidad. Texturas delicadas, matices vibrantes, reflejos chispeantes... La alianza entre el glamour y lo green por fin es posible.



HYDRA COLLAGENIST DE HELENA RUBINSTEIN

Hydra Collagenist es la primera línea de tratamientos hidratantes anti-edad de Helena Rubinstein que posee una tecnología capaz de incrementar el número de micro-captos de agua en el núcleo de la matriz de colágeno, fijando el agua hasta la dermis superficial con el fin de conseguir una hidratación más profunda y rejuvenecer visiblemente la piel. **PJ**



Miguel Palacio para Hoss Intropia





ESTA PRÓXIMA TEMPORADA DE OTOÑO-INVIERNO, HOSS INTROPIA SORPRENDE A SUS CLIENTAS CON LAS CREACIONES DEL PRESTIGIOSO DISEÑADOR MIGUEL PALACIO, QUIEN HA CONCEBIDO UNA COLECCIÓN MUY ESPECIAL DE PRENDAS ÚNICAS DE ALTA COSTURA.

PRENDAS PARA MUJERES LIBRES QUE SABEN LO QUE LES GUSTA Y ELICEN ORIGINALIDAD Y EXCLUSIVIDAD ANTE TODO. PRENDAS MUY PERSONALES QUE SON SINÓNIMO DE BUEN GUSTO, CON ACENTOS ART DÉCO, ELEGANCIA INCONFUNDIBLE Y GRAN SUTILEZA. PRENDAS QUE MEZCLAN LOS TEJIDOS LIGEROS —COMO EL CHARMEUSE Y CRÊPE DE CHINA— CON LOS GÉNEROS DE INVIERNO, TIPO LA LANA DE ORGANZA Y EL SATÉN GRUESO.

EN LOS MODELOS DE MIGUEL PALACIO DESTACAN LOS COLORES OSCUROS COMO EL ÁFRICA VERDE, EL AZUL COBALTO, EL BERENJENA Y EL NEGRO.

EL DISEÑADOR TAMBIÉN HA CREADO UNA COLECCIÓN DE ACCESORIOS CON CUERO, APLIQUES FLORALES, CADENAS Y... UNA MEZCLA DE COLOR.



HOTEL ROYAL HIDEAWAY PLAYACAR

Una experiencia inolvidable en la Riviera Maya

EL COMPLEJO, BAÑADO POR EL OCEANO ATLÁNTICO, ELEVA EL CONCEPTO DEL TODO INCLUIDO A LAS MÁS ALTAS COTAS DE ELEGANCIA Y LUJO.

Situado en las espectaculares playas vírgenes de la Riviera Maya de México, el Royal Hideaway Playacar combina el mejor servicio con un estilo impecable. Se trata del primer *resort* en su categoría—todo incluido, solo orientado a huéspedes en edad adulta— que gana el prestigioso premio AAA 5-Diamond, toda una garantía de una experiencia vacacional inolvidable.

Las villas están magníficamente equipadas, el servicio de conserjería es atento y se ofrece un plan completo de *spa* que relaja a los clientes con un ambiente revitalizante, una atención cortés y con tratamientos de rejuvenecimiento. Situado en una de las zonas más impresionantes de la península de Yucatán, en primera línea de mar y a sólo 45 minutos del Aeropuerto Internacional de Cancún, el Ro-

yal Hideaway Playacar es el lugar perfecto para desconectar de todo.

El exclusivo *resort* de lujo Royal Hideaway Playacar ofrece todo lo que los clientes necesitan bajo el cálido sol tropical para disfrutar de unas vacaciones de ensueño. Aparte de hermosas playas, una atención personal sin precedentes y un servicio excepcional, el Royal Hideaway Playacar cuenta con una piscina en cascada infinita de gran tamaño y con piscinas de relajación. Además, se puede disfrutar de un solárium de dos niveles con vistas al Océano Atlántico.

El Royal Hideaway Playacar ofrece 200 alojamientos equipados con suma elegancia, que incluyen seis *suites* junior y dos *suites* presidenciales. La arquitectura de estilo colonial mexicano adorna las villas de dos o tres pisos, que ofrecen a los

huéspedes una absoluta privacidad y una intimidad excepcional durante toda su estancia.

En el Royal Hideaway Playacar podrás disfrutar de un teatro para cenas, además de comidas ilimitadas, *snacks* y bebidas, en cualquiera de sus 6 restaurantes *gourmets*:

LAS VENTANAS - SPICES - PALAZZO
CHEF'S TABLE AT LAS VENTANAS - AZIA
CLUB ROYALE - THE GRILL - THE DECK

Entre los servicios y propuestas opcionales, se cuentan los tours y excursiones, pesca en alta mar, un campo de golf cercano, clases privadas de tenis, deportes acuáticos motorizados, servicios de *spa*, servicios de peluquería, alquiler de coches, lavandería y limpieza en seco, servicios de correo y fax, cambio de divisas, tienda de regalos y boutiques y centros médicos. ¹



LA FUNDACIÓN REALMADRID ABRIRÁ UNA ESCUELA SOCIODEPORTIVA PARA LOS ALBINOS EN TANZANIA



El club blanco suma esfuerzos con el doctor Pedro Jaén para luchar contra la discriminación social y los cánceres de piel.

Por Manel Torrejón



La causa de los albinos en Tanzania suma nuevas voluntades. La Fundación Real Madrid, que gestiona la actividad social y solidaria del club blanco, abrirá una escuela sociodeportiva para ayudar a la integración y educación de los albinos. El nuevo centro educativo luchará contra la discriminación social de esta comunidad, un rechazo que nace de la superstición y de las falsas creencias. La falta de melanina en la piel convierte a muchos tanzanos en parias y desheredados, con pocas oportunidades económicas que sus compatriotas de piel negra. Y en algunos casos, esa marginación degenera en asesinatos: los órganos de los albinos son codiciados para hacer prácticas de magia negra.

La iniciativa de la Fundación Real Madrid nació con el patrocinio del presidente del Real Madrid, Florentino Pérez, que conoció la terrible situación de los albinos tanzanos a través del doctor Pedro Jaén, que colabora con esa comunidad sobre el terreno desde 2008. El Servicio de Dermatología del Hospital Ramón y Cajal, dirigido por el doctor Jaén, da apoyo a los albinos a través de un convenio marco de colaboración con la ONG Cirujanos Plásticos Mundi. Los tanzanos que tienen la piel blanca desarrollan cánceres de piel con enorme facilidad, así que el objetivo es concienciarlos para que se protejan del sol—muchos de ellos se dedican al pastoreo, una actividad que les expone a las radiaciones solares— y llevarlos a quirófano cuando surjan problemas. Para que todos estos esfuerzos cuajen a largo plazo, el Servicio de Dermatología del Ra-

món y Cajal forma a cirujanos autóctonos. Toda esta labor ya ha permitido progresos en una comunidad con una esperanza de vida que no va más allá de los 30 años.

ENTUSIASMO DEL PRESIDENTE BLANCO

El interés de la Fundación Real Madrid por la comunidad albina de Tanzania tiene su origen en una "reunión casual" del doctor Pedro Jaén con el presidente del club, Florentino Pérez. "Surgió el tema, le contamos el proyecto y, desde ese mismo momento, no lo dudó ni un instante", explica el doctor. "El presidente Florentino quedó sorprendido y fascinado con la situación de los albinos. Creo que le llegó al corazón. Todo lo que yo conocía del presidente era su labor como

gran empresario y como presidente del Real Madrid. Y supongo que le llegarán diez mil propuestas todos los días. Quedé tan sorprendido por el interés, que no tengo palabras. Desde luego, lo que él no se puede imaginar es lo que supondrá abrir una escuela del Real Madrid para albinos en Tanzania".

El doctor Pedro Jaén es buen sabedor de la importancia que tiene el club blanco para los niños y adultos albinos. "Para hacerse una idea, en el entorno nadie sabe nada de España. Ni siquiera saben nada de Madrid. Pero todos, absolutamente todos, son conocedores del Real Madrid. Me comentan la alineación, conocen mejor el equipo que muchos hinchas y siguen a sus ídolos".

La nueva escuela contribuirá a integrar en la sociedad a una comunidad acostumbrada a la marginación. "El mayor problema de estos niños no es el cáncer", afirma el doctor Jaén. "Estos niños mueren de cáncer, pero ese no es el problema", prosigue. "El problema es la integración, porque son niños marginados. El hecho de que el Real Madrid pueda hacer que estos niños tan marginados puedan pertenecer a una escuela de la Fundación, puedan llevar la camiseta... Nos debemos dar cuenta de que el problema es la



Los albinos tanzanos tienen un enorme riesgo de desarrollar cáncer por la falta de melanina en su piel, y su esperanza de vida está entre los 20 y 30 años

integración. Estos niños son objeto de persecución. El Real Madrid puede hacer más por ellos que nadie. Si somos capaces de integrarles... Demostrar que sus familias no han pecado. Si el Real Madrid logra integrarlos, esto puede cambiar la historia, porque una imagen vale más que mil discursos”.

Responsables de la Fundación Real Madrid han viajado ya a Tanzania –aprovechando una de las misiones quirúrgicas del doctor y su equipo– para empezar a dar forma al proyecto.

LA MAGNITUD DEL PROBLEMA

Cuando Cirujanos Plásticos Mundi se puso en contacto con el doctor Pedro Jaén, comenzó una colaboración que está haciendo mucho por una parte de la población tanzana muy castigada. El reto era enorme. “De ningún modo adviertes la magnitud de problemas que en los países occidentales no existen. Cuenta que son problemas con una dimensión tan grande que muchas veces no tienen solución. Aquí, en España, cualquier cáncer de piel detectado a tiempo tiene solución. Ese tipo de problemas no los había visto nunca”.

Un albino tiene una esperanza de vida de entre 20 o 30 años. Si se le trata a tiempo,

la esperanza de vida es la misma que la de la población general. Sin embargo, hay enfermedades de la piel más graves, que les llevan a morir antes de los 15 años. Unas muertes prematuras que se pueden evitar si se logra hacer un tratamiento a tiempo.

El doctor Jaén y su equipo se desplazan tres o cuatro veces al año al país africano a hacer operaciones y a formar cirujanos. “Nos ocupamos de la formación y les enseñamos a operar. También nos ocupamos de intervenir en los casos que nos llegan que son más graves”. La financiación va a cargo de empresas privadas, de organizaciones sin ánimo de lucro –por ejemplo, los rotarios– y de la comunidad autónoma de Madrid, que quieren financiar un proyecto clínico, educacional y de integración y educación.

La labor no sólo es médica y de intervención en quirófano. Una gran parte del trabajo consiste en formar e informar: “Fundamentalmente, se les enseña a protegerse del sol y que deben cubrirse la piel, tanto con ropa como con crema. La organización entrega a cada persona dos gorras para cubrirse la cabeza y dos pares de gafas”. Además, se les ofrece una educación. “Pagamos

la educación de esos niños. Allí no existen escuelas públicas, y gracias a la comunidad autónoma de Madrid y a aportaciones anónimas podemos darles educación. Allí no hay ningún servicio público: ni sanidad, ni educación. Y menos para marginados, como los albinos. Si no pagas la educación, no la tienes”. Con los fondos disponibles también se compran máquinas de coser, para que se hagan sus propias ropas y puedan protegerse del sol.

La iniciativa solidaria, encabezada por el doctor Jaén, cuenta con voluntarios sobre el terreno, con los que se hacen las campañas de prevención. Cien dispensarios son atendidos gracias a esos voluntarios. Todas estas personas siguen las pautas de un coordinador, que en compensación recibe el pago de sus estudios universitarios.

Gracias a todos estos esfuerzos, se están haciendo enormes progresos. Una buena noticia, a la que hay que añadir el creciente interés que despierta la situación de los tanzanos albinos en el mundo occidental. La escuela de la Fundación Real Madrid facilitará, sin duda, que la completa integración social de estas personas esté más cerca. **W**



170.000 TANZANOS SON ALBINOS

El albinismo es una enfermedad hereditaria: falta pigmento cutáneo y, por eso, porque se carece de melanina, es más probable que se padezcan tumores de piel y que se desarrollen antes. Tanzania es uno de los países con mayor prevalencia: se calcula que son albinos 170.000 tanzanos. En otras palabras, lo son uno de cada 4.000 habitantes (frente a 1/20.000 en Europa).

Los albinos son considerados ciudadanos de segunda que no suelen ser escolarizados y que, ni mucho menos, reciben la información de prevención necesaria. De ahí que les surjan tumores cutáneos a edades muy tempranas. El 100% de los albinos tanzanos presentan queratosis actínicas antes de los 20 años, así como otros tumores cutáneos (carcinomas basocelulares y espinocelulares) que hacen disminuir su expectativa de vida a la mitad.



albinos spain program

Colabora con nosotros

“la Caixa”: 2100 2119 14 0200403296

Datos del beneficiario (para la transferencia):

Beneficiario: Fundación para la Investigación Biomédica del Hospital Universitario Ramón y Cajal (FIBio-HRC)

CIF: G-83726984. Dirección: Ctra de Colmenar Viejo, km 9,100. 28034 Madrid

Email de contacto: vgutierrez.hrc@salud.madrid.org

SHISEIDO

Marca **más galardonada** en los premios IFSCC,
considerados los **Nobel de la cosmética**

www.shiseido-bioperformance.com/es
*Testado en 222 mujeres

SUPER CORRECTIVE SERUM

Rejuvenecedor celular de alto rendimiento



Ingeniería celular: Por primera vez los fibroblastos proliferan y producen los tres pilares claves de la eterna juventud (**colágeno, elastina, ácido hialurónico**). Gracias al revolucionario ingrediente **Bio-Corrective Complex** se consigue después de un día de aplicación el 92% de disminución de las arrugas y un 96% de firmeza. Después de tres semanas de aplicación se consigue el 97% de mejora absoluta de las arrugas más profundas*.

BIO-PERFORMANCE No es un sueño, es tecnología.

