

**EL COLESTEROL BUENO ES UN ALIADO DE LA MEMORIA**

Un estudio realizado por investigadores franceses muestra que el déficit intelectual experimentado por el hombre a partir de los 60 años está relacionado con los bajos niveles de colesterol bueno (HDL) en la sangre.



**MÁS FELICES:** Dinamarca es el país más feliz del mundo, según la Encuesta Valores Mundiales.

**SALUD. TECNOLOGÍA AÚN SE ENCUENTRA EN FASE EXPERIMENTAL**

**RADIÓLOGOS.** Algunos especialistas están usando los lentes para probar su efectividad en el diagnóstico.

## Prueban nueva cámara para examen de mamas

■ **Aparato sería una alternativa mucho más barata que exámenes de resonancia magnética**

WASHINGTON [AP] ¿Recuerda haber mirado a través de un View-Master, esos aparatos que servían para ver discos de diapositivas en tercera dimensión a contraluz? Los científicos están usando el mismo concepto del juguete infantil para tratar de ver mamografías en 3D.

El objetivo es tener una mejor forma de buscar indicios de cáncer en mujeres con senos demasiado densos (con muchas glándulas y ligamentos que dificultan la ubicación de un tumor) para que las mamografías actuales puedan proporcionar una imagen clara. El que los radiólogos empleen lentes de tercera dimensión no es la única ayuda potencial. La clínica Mayo en Rochester, Minnesota, está probando una nueva cámara para examen de seno que podría desafiar las imágenes de los mucho más

**PRECISIONES**

**1** Anualmente se presentan unos 4.000 casos de cáncer de seno en el Perú.

**2** Según un estudio realizado en Londres, las mujeres que viven y trabajan en las ciudades tienen más riesgo de desarrollar este tipo de cáncer.

**3** Este año se aprobó en EE.UU. un test genético para predecir recurrencia tumoral.

costosos exámenes de resonancia magnética que actualmente se aplican a las mujeres con mayores riesgos de desarrollar la enfermedad, a una fracción de su precio.

La tecnología aún está en fase experimental, pero se le está dando un cuidadoso seguimiento debido a que hay mucha necesidad de ella: se calcula que la mitad de las mujeres menores de 50 años y la ter-

ra parte de aquellas con más de 50 tienen senos densos. Además de que es más difícil detectar tumores incipientes, las mujeres con senos densos tienen mayor riesgo de desarrollar cáncer de pecho.

Solo una mamografía puede señalar si un seno está compuesto de tejido graso denso o de uno más fácil de examinar. Pero si un médico advierte a una paciente que tiene seno denso, existen pocas recomendaciones útiles sobre cómo obtener actualmente una mejor revisión sobre cáncer.

Las mamografías son exámenes de rayos X que buscan manchas densas en tejido de seno normal, sombras que podrían detectar tumores. Realizarse mamografías con regularidad a partir de los 40 años de edad ayuda a reducir las muertes por cáncer de seno al encontrar tumores cuando son más pequeños y más tratables.

Sin embargo, están lejos de ser perfectos, y los senos densos podrían ser el mayor obstáculo para los rayos X. ■

**ESTUDIO EN PAÍSES DESARROLLADOS**

## Decrece tasa de mortalidad en personas afectadas por el VIH

■ **Acceso a fármacos ha permitido que riesgo baje en primeros cinco años de la infección**

LONDRES [REUTERS]. En los países desarrollados, las personas con VIH no son más propensas a morir que los hombres y mujeres de la población en general durante los primeros cinco años de la infección, indicaron ayer investigadores británicos. Asimismo, el riesgo de las personas infectadas por vía sexual aumenta después de ese lapso, según el estudio publicado en "Journal of the American Medical Association", que resalta el poder de los fármacos contra el sida intro-

**EL DATO****Terapia combinada**

La terapia farmacológica combinada, llamada terapia anti-retroviral altamente activa, extendió ampliamente la vida de muchas personas infectadas con VIH sobre todo en los países desarrollados. Estos medicamentos son gratuitos.

ducidos a mediados de la década de 1990.

El equipo británico comparó el riesgo de muerte en los cinco primeros años de la infección de 13.000 hombres y mujeres con el de personas sin infectar que

tenían la misma edad y género y que vivían en el mismo país en un mismo momento.

Antes de 1996, cuando los cocteles de medicación aún no estaban disponibles, el aumento del riesgo de muerte variaba entre cerca del 8% y el 20%, según la edad, antes de caer a cero en el 2000 en todos los grupos etarios.

El riesgo aumenta nuevamente después de esos cinco años iniciales, posiblemente porque las personas se vuelven menos propensas a tomar los medicamentos regularmente o quizá porque suelen tolerar menos la medicación.

La enfermedad ha causado la muerte de 25 millones de seres humanos desde su surgimiento en la década de los ochenta. ■

**POSIBILIDADES DE DESARROLLAR ENFERMEDAD BAJAN HASTA UN 24%**

## Dieta mediterránea reduce riesgo de cáncer

■ **Mayor consumo de legumbres y hortalizas causa impacto beneficioso en la salud**

LONDRES [EFE]. La dieta mediterránea puede reducir entre 12% y 24% el riesgo de desarrollar cáncer, según un informe publicado en "British Journal of Cancer". Incluso adoptando solo dos ele-

mentos de esa dieta, el riesgo de desarrollar la enfermedad podría reducirse en un 12%.

Esto podría conseguirse reduciendo, por ejemplo, el consumo de carne y aumentando la de legumbres, o aumentando el consumo de hortalizas y utilizando aceite de oliva en lugar de mantequilla.

El mayor impacto, ya que parece contribuir a una reducción

del 9% del riesgo, se obtiene consumiendo grasas buenas, como las del aceite de oliva, en vez de las malas, utilizadas en las papas fritas, las galletas o los pasteles.

En el estudio participaron 25.623 griegos, de ellos 10.582 varones, observados durante ocho años. A los participantes en el estudio se les envió cuestionarios para que respondieran sobre 150 tipos distintos de comidas y bebidas, así como sobre las dosis y porciones. El cumplimiento de la dieta mediterránea se midió utilizando una escala para cada uno de los nueve grupos distintos de alimentos. ■

Tomar bebidas alcohólicas en exceso es dañino. Si toma, No maneje.



**KEEP WALKING.**  
**JOHNNIE WALKER.**

