

COLUMBIA UNIVERSITY



Investigación se inició hace 40 años:

Lo que las mujeres saben sobre su salud se debe a un grupo de enfermeras

El "Nurses' Health Study" (Estudio de Salud de las Enfermeras) es uno de los trabajos epidemiológicos más importantes de las últimas décadas. Los peligros del tabaco y las grasas trans son algunos de sus aportes.

C. GONZÁLEZ

Fue a mediados de 1976 cuando 121.700 enfermeras de diferentes lugares de EE.UU. comenzaron a participar en una investigación que, cuatro décadas después, está considerada como uno de los estudios epidemiológicos más grandes e importantes en la historia de la medicina.

Desde los peligros del tabaco y las grasas trans, hasta los beneficios de la actividad física y el consumo de granos enteros, son algunos de los datos que hoy se conocen sobre la salud femenina y sus factores de riesgo gracias al "Nurses' Health Study" (Estudio de Salud de las Enfermeras), que a la fecha ya suma más de 275 mil participantes, que se han ido incorporando en sucesivos llamados.

De hecho, actualmente está abierta la inscripción para una nueva generación de voluntarias. Y, por primera vez, se espera incluir a hombres que trabajen en enfermería.

Aunque se inició como una investigación sobre las posibles consecuencias para la salud de los anticonceptivos orales, pronto amplió su rango de acción. "Ha guiado las recomendaciones de salud y políticas públicas en EE.UU. y en gran parte del planeta", explica el doctor Graham Colditz, quien fuera investigador principal del estudio entre 2000 y 2006 y en el que participan diferentes hospitales y centros de estudio.

Mediante exámenes y encuestas cada dos años, a partir de esos datos se han realizado innumerables estudios. Por ejemplo, "ha aportado información que hoy se utiliza como recomendaciones frecuentes para tener un estilo de vida saludable, refiriéndose al consumo de tabaco, alcohol, dieta sa-

ludable o anticonceptivos orales", dice la doctora Liliana Jadue, vicedecana de las Carreras de la Salud, de la Facultad de Medicina Clínica Alemana U. del Desarrollo.

Entre los hallazgos que han surgido a partir de este estudio está que "la lactancia materna reduce el riesgo de ciertos tipos de cáncer de mama", comenta Colditz.

Generador de hipótesis

Que el consumo de café no aumenta el riesgo de enfermedad coronaria, que la actividad física moderada a intensa se asocia a una reducción en el riesgo de diabetes y de cáncer, que no hay asociación entre los implantes mamarios de silicona y enfermedades del tejido conectivo, o que pasar muchas horas frente al televisor va casi de la mano con mayor sobrepeso y obesidad, son otros aportes.

También los datos de las enfermeras han permitido saber que la menopausia precoz se asocia a mayor riesgo de infarto, o que jornadas laborales con turnos de noche se vinculan a más enfermedad coronaria y cáncer mamario a largo plazo.

Pese a todos sus aportes, el estudio no ha estado exento de cuestionamientos. Uno de ellos radica, precisamente en la población estudiada. "Es una población seleccionada, con un nivel de educación mayor que la población general, lo cual limita extrapolar sus resultados a otros grupos de mujeres", precisa la doctora Carolina Nazzari, jefa del Área de Epidemiología de la Escuela de Salud Pública de la U. de Chile.

Sin embargo, "las asociaciones encontradas, aunque no tengan un efecto idéntico, pueden ser consideradas para la población chilena", por ejemplo. Asimismo, a través de los años

se han divulgado resultados que luego han debido ser corregidos.

Por ejemplo, en algún momento el estudio planteó que el consumo de potasio no se asociaba a menor hipertensión arterial, pero hoy se sabe que sí reduce este problema, según comenta la doctora Mónica Acevedo, cardióloga de la U. Católica y presidenta de la Fundación Sochicar de la Sociedad Chilena de Cardiología.

"Como todos los estudios observacionales, este no demuestra causalidad de un factor, conducta o medicamento; solo muestra asociaciones entre estos y una determinada enfermedad". De todas formas, sí ha sido un "generador de hipótesis", agrega la especialista, en la medida en que los datos que ha entregado el estudio han dado pie al diseño de otras investigaciones que sí han demostrado la causa-efecto de ciertos factores.

El estudio ya suma más de 275 mil enfermeras participantes, que se han ido incorporado en sucesivos llamados.

De largo aliento

En la actualidad, hay varios otros estudios que llevan años en desarrollo.

■ **Framingham**
Comenzó en 1948 en la ciudad estadounidense del mismo nombre para estudiar las enfermedades cardiovasculares y crónicas no transmisibles, y sus factores de riesgo. Actualmente está incluida la tercera generación de participantes, nietos de los primeros voluntarios.

■ **UKPDS**
El United Kingdom Prospective Diabetes Study (UKPDS) es uno de los mayores estudios sobre evolución y factores de riesgo de la diabetes tipo 2. En 20 años involucró a más de cinco mil pacientes del Reino Unido.

■ **WHI**
El Women Health Initiative comenzó a inicios de los 90 para conocer más sobre las causas de morbilidad y mortalidad en mujeres posmenopáusicas. Han participado más de 160 mil mujeres. Una de las ramas del estudio generó polémica en 2002 cuando se dijo que la terapia de reemplazo hormonal elevaba el riesgo cardiovascular.

■ **Molina**
Investigadores del Centro de Estudios Avanzados de Enfermedades Crónicas, que incluye a expertos de la U. Católica y la U. Chile, iniciaron en 2014 un estudio que se extenderá, a lo menos, por diez años, para conocer sobre factores de riesgo de enfermedades crónicas en la población local.

Cerca de Arica:

Las aves del humedal del río Lluta pueden observarse a través de internet

Dos cámaras permiten ver a las 160 especies que viven en este ecosistema. Además, gracias a ellas se puede denunciar a las personas que andan en auto o que acampan de manera ilegal.

AMALIA TORRES

Garzas azules y blancas, rayadores, patos colorados, gaviotas de franklin, plateros y zarapitos son parte de la lista de las 160 especies de aves que habitan en el humedal del río Lluta, un santuario natural ubicado a diez kilómetros de Arica.

Para que las personas de todo el mundo puedan conocer a sus habitantes, aún sin tener que viajar hasta el extremo norte de Chile, Julio Silva creó Ubiavis (www.ubiavis.com), una plataforma que cuenta con dos cámaras instaladas en el humedal y cuyas imágenes pueden verse en tiempo real a través de internet.

"Las personas pueden mover las cámaras de izquierda a derecha, hacer zoom y mirar como si estuvieran en el mismo humedal, aunque estén en su computador o en el teléfono", explica Silva.

Para poder acceder al servicio es necesario inscribirse en el sitio web y, desde junio, pagar un dólar para reservar 15 minutos de control de una cámara. Durante siete meses de prueba el servicio fue gratuito.

La implementación de las cámaras —marca Axis, con una resolución HDTV de 1080 y un zoom de 32x, lo que permite un gran nivel de detalles—, se logró gracias a un proyecto Corfo adjudicado en 2015. Esto ya ha permitido que interesados de países tan lejanos como Rusia, Polonia e Israel, en-



Las 31 hectáreas del humedal son generalmente visitadas por avistadores de aves (en la imagen). Sin embargo, quienes no pueden llegar hasta el lugar ahora pueden verlo a través de la web.



Una de las 160 especies que viven en este ecosistema. Esta foto y la de arriba fueron captadas por las cámaras de Ubiavis.

tre otras 40 naciones, puedan visitar virtualmente el humedal.

"Ahora las personas pueden tomar fotos de lo que ven y en el futuro vamos trabajando en que puedan hacer videos. Esto es muy útil para el mundo científico, para los avistadores de aves y para el turismo", dice Silva.

Sin embargo, cuidar el humedal también es un rol importante de estas cámaras, recuerda. "Nosotros también usamos las cámaras como vigilantes, llamamos a la Armada y Carabineros para que vayan a fiscalizar cuando vemos personas paseando perros, autos que andan por el humedal o campistas".



La principal demanda actual de estos reproductores proviene de coleccionistas de cintas en VHS.

Popular en los 80 y 90:

La era del formato VHS llega a su final

Fueron muy populares en los 80 y los 90, hasta que fueron sustituidos por los DVD y, luego, por los servicios de streaming. La firma japonesa Funai Electric, el último fabricante de videoregrabadores en formato VHS, anunció que cerrará a fin de mes la producción de estos lectores debido a la fuerte caída de las ventas. La empresa llegó a vender más de 15 millones de aparatos al año; ahora no superaba los 750 mil. Ya en 2012 Panasonic había hecho lo mismo.

En América:

OPS alerta sobre males "desatendidos"

Enfermedades como el mal de Chagas, el tracoma o la ceguera de los ríos permanecen "desatendidas" en las Américas, pese a que no han sido erradicadas, advirtió Marcos Espinal, director de Enfermedades Transmisibles de la Organización Panamericana de la Salud (OPS). Según la entidad, ciertas patologías dejan de preocupar a las autoridades cuando disminuye el número de casos y, por tanto, se destinan menos recursos para su prevención y tratamiento.

TENER LA MEJOR JUBILACIÓN DEPENDE DE UNO

CÁMBIATE A HABITAT

NUEVAMENTE N°1 EN RENTABILIDAD EN TODOS LOS FONDOS

Fuente: Informe Valor y Rentabilidad de los Fondos de Pensiones, Junio 2016, publicado el 06 de Julio de 2016. Rentabilidad Real Anual de la Cuota en todos los fondos de pensiones Habitat en los últimos 12 meses, periodo consecutivo Julio 2015 - Junio 2016: Fondo A más riesgo: 4,77%; Fondo B riesgo: 2,48%; Fondo C intermedio: 0,30%; Fondo D conservador: 1,27%; Fondo E más conservador: 3,00%. La rentabilidad es variable, por lo que nada garantiza que las rentabilidades pasadas se repitan en el futuro. Infórmese sobre la rentabilidad de su Fondo de Pensiones, las comisiones y la calidad de servicio de las AFP en el sitio web de la Superintendencia de Pensiones www.superpensiones.cl.

AFP HABITAT
Seguridad y Confianza