



Escuela de Sanidad
de las FF.AA.

Continúa

22ISSN: 2301- 0231

| Revista N° 80 |

Marzo - Abril 2025



Escuela de Sanidad de las Fuerzas Armadas
Educación para la Salud – Año 14
REVISTA DE DISTRIBUCIÓN GRATUITA

SUMARIO

SECCIÓN A TU SALUD

STAFF

[Revista N° 80]
Marzo - Abril 2025

REDACTOR RESPONSABLE
Cap. (N) Melissa Cedrés

EDICIÓN
Cbo. 2da. Cecilia García
Cbo. 2da. Verónica Carrancio

MAQUETACIÓN, DISEÑO Y
CORRECCIÓN DE ESTILO
Dpto. Organización y Diseño -
Div. Informática

SU OPINIÓN NOS INTERESA

Por sugerencias, aportes o
comentarios, comuníquese al tel.:
2487 6666 - int 1622 o vía e-mail:
epsdns@hotmail.com

Impreso en MERALIR SA

- **Para las mujeres y niñas en toda su diversidad: Derechos, igualdad y empoderamiento.....p. 3**
- **26 de marzo: Día mundial de prevención del cáncer de cuello uterino..... p.4**
- **Metas 2030 de la Organización Mundial de la Salud..... p.6**
- **Enfermedades Raras.....p.7**
- **Jornada Día Mundial del Riñón.....p.10**
- **Ministerio de Salud Pública.....p.12**
- **2 de abril: Día Mundial de Concientización sobre el Autismo.....p.14**

Advertencia:

Los artículos incluidos en esta publicación que no son de autoría del personal docente del Departamento de Educación para la Salud o de otras dependencias de la ESFFAA. o del HCFFAA Proviene de fuentes generalmente confiables que son citadas al pie de estos.

Si usted desea leer números anteriores, ingrese al portal de la DNSFFAA www.dnsffaa.gub.uy. Y acceda a través del enlace Educación para la Salud, en el menú izquierdo de la página.

Para las mujeres y niñas en toda su diversidad: Derechos, igualdad y empoderamiento

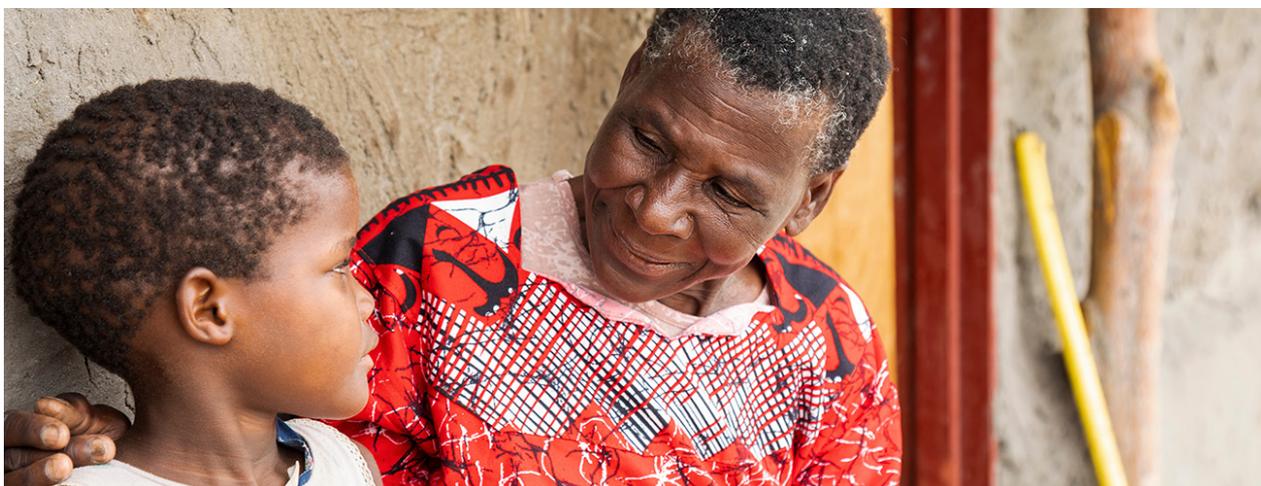


Foto: web Naciones Unidas / Poco_bw/Adobe Stock

El pasado 8 de marzo de 2025 se celebró el Día Internacional de la Mujer bajo el lema: “Para todas las mujeres y niñas: Derechos, igualdad y empoderamiento”.

El tema de este año trata de ampliar la igualdad de derechos, el poder y las oportunidades para todas, con un futuro feminista, en el que no se deje a nadie atrás. El empoderamiento de la próxima generación es el núcleo de esta idea, ya que la juventud, en especial las mujeres jóvenes y las niñas adolescentes, serán las protagonistas de cambios duraderos en el futuro.

Además, este año marca el 30° aniversario de la Declaración de Beijing, un documento clave en el avance de la igualdad de género que ha conseguido mucho desde su adopción en campos como la protección jurídica, el acceso a servicios, la participación de las mujeres y los cambios en normas sociales, ideas y estereotipos enquistados en el pasado.

Actuemos e involucremos a medios, gobiernos, líderes de empresas y comunitarios, a la sociedad civil y la juventud, y cualquier otra persona con la capacidad de ejercer influencia y tomar medidas en nuestras comunidades. Pidamos a las personas con liderazgo que tomen medidas e inviertan en la promoción de los de-

rechos de las mujeres y la igualdad de género. Compartamos las historias y los mensajes en torno al “Día internacional de la mujer” en plataformas digitales a fin de generar un diálogo e inspirar la acción.



Foto: fundacion-biodiversidad.es

Debemos decirle a nuestras jóvenes
**que sus voces
SON IMPORTANTES**

Malala Yousafzai

26 de marzo: Día mundial de prevención del cáncer de cuello uterino

El 26 de marzo se conmemoró el “Día mundial de prevención del cáncer de cuello uterino” (CCU), una enfermedad prevenible que ocupa el cuarto lugar en incidencia en Uruguay y el mundo.

Según el Registro Nacional del Cáncer de la Comisión Honoraria de Lucha contra el Cáncer además del cuarto en incidencia luego del de mama, colorrectal y pulmón, el CCU es el quinto en mortalidad luego de los mencionados y el cáncer de páncreas.

Es el cuarto cáncer más frecuente en mujeres y la quinta causa de muerte asociada a esta

enfermedad en Uruguay. Según datos del período 2016 – 2020, cada año 305 mujeres son diagnosticadas con cáncer de cuello de útero y 136 mujeres mueren por esta causa en nuestro país. Aunque el organismo es capaz de eliminar espontáneamente el virus del Papiloma Humano (conocido por sus siglas en inglés como HPV), hay casos en los que esto no sucede y, por el contrario, la infección se hace persistente y ocasiona lesiones asintomáticas, precancerosas que, si no se detectan y tratan a tiempo, dan lugar al desarrollo de CCU. Los controles ginecológicos y estudios de tamizaje son de gran importancia para la detección temprana de este proceso evolutivo que puede llegar a demorar más de diez años. La detección a tiempo permite iniciar el tratamiento adecuado e incluso curar este cáncer.

El HPV también puede producir otros cánceres como el de pene, ano, vulva, vagina y orofaríngeo.

Nuestro país se alineó a la estrategia propuesta por la Organización Mundial de la Salud (OMS) para la eliminación del CCU, que se basa en los pilares fundamentales de prevenir, detectar y tratar con un enfoque integral a través de las metas 90-70-90:

- Vacunar al 90% de las niñas antes de los 15 años;
- Realizar el tamizaje del 70% de las mujeres a los 35 y 45 años de edad con una prueba de HPV;
- Realizar el tratamiento del 90% de las mujeres con resultados positivos en las pruebas de tamizaje (lesiones precursoras y el cáncer de cuello uterino).

La vacunación contra el HPV se recomienda en ambos sexos entre los 11 y 26 años; son dos dosis que se dan en un intervalo de seis meses. La vacunación es gratuita pero no obligatoria; las personas inmunocomprometidas tienen indicaciones particulares a su caso.

Cáncer Cuello UTERINO
¿Qué es?

Se produce por un crecimiento anormal de las células del cuello de útero causado por algunos tipos de VPH (Virus de Papiloma Humano).

El VPH es un virus muy común que afecta tanto a varones como a mujeres y se transmite por contacto sexual.

FUENTE: argentina.gob.ar

PREVENCIÓN CÁNCER DE CUELLO UTERINO

Prevención
Permiten prevenir el cáncer de cuello de útero.

- El PAP
- El test de VPH
- La vacuna contra el VPH

Fotos: ospaca.com



Foto: Campaña de la comisioncancer.org.uy

El cáncer de cuello de útero de acuerdo con el Registro Nacional del Cáncer de la Comisión Honoraria de Lucha Contra el Cáncer es el cuarto cáncer más frecuente en mujeres y la quinta causa de muerte asociada a esta enfermedad en Uruguay.

Pero esta realidad podemos cambiarla, ya que el cáncer de cuello de útero es una enfermedad 100% prevenible y un 95% curable con un diagnóstico a tiempo. Desde la comisión les convocamos a continuar trabajando en conjunto como desde hace tantos años, para así lograr un mayor control de la enfermedad.

En todo el país, a través del trabajo comunitario, llevamos a cabo actividades educativas en diversos espacios, en colaboración con instituciones, grupos y empresas. Además, difundiremos esta temática en múltiples espacios públicos.

La iniciativa #HoyPorVos es un instrumento que aporta luz sobre un tema tan sensible como lo es el cáncer de cuello de útero, una enfermedad que, si bien afecta mayoritariamente a mujeres, impacta en toda la sociedad. #HoyPorVos invita a la acción, cada persona puede emprender acciones para lograr un mayor control sobre el cáncer de cuello de útero. Decimos: el momento es hoy.

Mitos y Realidades

Elaboramos material actualizado con información pertinente al tema, los instrumentos son: folletos, juegos para informar, y reflexionar, además de otros instrumentos de comunicación que contraponen los mitos que circulan sobre el mismo.

Información relevante ¿Qué es el cáncer de cuello de útero?

Es una enfermedad que se produce en el cuello del útero cuando las células se transforman paulatinamente en anormales, progresando a lo largo de los años hasta el desarrollo de cáncer.

En la mayoría de los casos se inicia a partir de infecciones persistentes del virus del Papiloma Humano (HPV).

En una primera etapa se producen alteraciones que se las conoce como displasias o lesiones precancerosas. Estas fases si bien son fáciles de tratar no producen síntomas visibles y pueden ser únicamente detectadas a través de estudios de tamizaje (PAP y test de HPV), por este motivo es muy importante concurrir al ginecólogo una vez al año.



Foto: revistalvr.es

Cuando las lesiones no son diagnosticadas y tratadas a tiempo se transforman en cáncer de cuello de útero. En algunos casos pueden diseminarse a otros órganos, lo que se conoce como metástasis.

¿Cuál es la causa de cáncer de cuello de útero?

La mayoría de los casos de cáncer de cuello de útero se inician a partir de infecciones persistentes en el aparato genital causadas por el virus del Papiloma Humano (HPV). Este virus es muy frecuente en los seres humanos y se transmite con mucha facilidad por el contacto sexual entre las personas. En general se adquiere durante la adolescencia al iniciarse la vida sexual. Habitualmente genera infecciones transitorias que son eliminadas naturalmente por el sistema inmunitario (nuestras defensas) en un lapso de pocos meses.

Existen más de 100 tipos de HPV y a cada uno de ellos es identificado con un número. Hay un grupo de 14 tipos de HPV que producen infecciones persistentes y son denominados de alto riesgo ya que se asocian con la aparición del cáncer de cuello uterino. Los tipos 16 y 18 producen el 70% de los casos de cáncer de cuello de útero.

¿Se puede prevenir el cáncer de cuello de útero?

- Vacuna contra la infección por el virus del HPV.
- Uso de preservativo en todas las relaciones sexuales.
- Evitar fumar.
- Controles periódicos

Sobre la vacunación del HPV

La vacuna que protege contra los tipos 16 y 18 del virus del HPV está recomendada por la OMS. Es efectiva y segura para reducir el riesgo de desarrollar el cáncer de cuello de útero. En Uruguay el Ministerio de Salud Pública la recomienda en forma gratuita a niñas, niños y jóvenes de 11 a 26 años. Integra el esquema de vacunación. Es un derecho.

Súmate a la campaña **#HoyPorVos**: Sigamos rompiendo mitos

Podés encontrar más información y materiales ingresando en la página web de la campaña <https://hoyporvos.uy>

Metas 2030 de la Organización Mundial de la Salud

Hacia la eliminación del cáncer del cuello uterino.

Visión: un mundo sin Cáncer de Cuello de Útero.

Incidencia: menos de 4 casos de Cáncer de Cuello de Útero por 100.000 mujeres al año.



Fuente: comisioncancer.org.uy

Enfermedades Raras



La Asociación Todos Unidos Enfermedades Raras Uruguay (ATUERU), representa en nuestro país y el mundo a los pacientes y familiares de pacientes con enfermedades raras. Es una asociación sin fines de lucro creada en febrero de 2010 ante la necesidad de dar a conocer las enfermedades raras y que los pacientes y familiares se contacten entre sí.

Tiene como misión promover y defender el derecho a la inclusión de las personas con Enfermedades Raras (EERR) en los diferentes ámbitos de la vida cotidiana.

Trabaja en la contención y acompañamiento de distintas etapas de la enfermedad, inspirando y orientando a los pacientes y familiares a agruparse para trabajar en pos de dar a conocer su enfermedad, en grupos de apoyo, fundaciones, asociaciones, etc.

La realización de talleres informativos, charlas, invitaciones a eventos a nivel internacional y la creación de un proyecto de ley forma parte del trabajo constante. La asociación está formada por más de 40 enfermedades raras, cifra que cambia casi mensualmente ante los nuevos diagnósticos. Todo este trabajo es honorario, no cuenta con apoyo económico de ningún tipo lo que hace que el trabajo unido sea imprescindible.

Ser parte de distintas alianzas internacionales les brinda la oportunidad de poder acercar a sus integrantes una segunda opinión médica y el contacto con familiares y pacientes con enfermedades raras.



Desde 2008 el último día de febrero se conmemora el “Día mundial de las enfermedades raras” que busca trabajar en la equidad en oportunidades sociales, atención en salud y acceso al diagnóstico y tratamiento para las personas afectadas por este tipo de patologías.

Una “enfermedad rara” es categorizada de esa manera por el factor estadístico únicamente; son enfermedades que padece una persona cada dos mil, pero se debe tener en cuenta que como las causas de estas patologías son en el 80% genéticas, hay enfermedades que son más raras en algunas zonas del planeta que en otras.

En este sentido, África y América Latina son las dos regiones que concentran más diversidad genética y por ello también concentran mayor número de personas afectadas por enfermedades raras. Las enfermedades raras suelen ser difíciles de diagnosticar y tratar, lo que lleva a que los pacientes y sus familias enfrenten vastos y complejos desafíos en su atención médica.

Sin embargo, los nuevos conocimientos genómicos genéticos traducidos en diagnósticos



Foto: MSP

específicos, desarrollo de terapia génica, terapias de reemplazo enzimático, entre otros, están transformando la realidad.

En ese sentido el Comité Ejecutivo de la Organización Mundial de la Salud aprobó una decisión propuesta por Indonesia y los estados miembros africanos para ser discutida en la 76° Asamblea Mundial de la Salud sobre el Fortalecimiento de la Capacidad Diagnóstica. Esta decisión insta a los estados miembros, entre otras cosas, a establecer estrategias nacionales de diagnóstico para diferentes patologías, incluidas las enfermedades raras. Seguramente este hito fortalecerá esa necesidad global y generará los espacios necesarios para su viabilidad.

Algunos adelantos en el abordaje de las enfermedades raras en Uruguay en 2022 fueron:

La firma de un convenio entre el Ministerio de Salud Pública, el Banco de Previsión Social, el Fondo Nacional de Recursos (FNR) y el Instituto de Efectividad Clínica Sanitaria (IECS) para la implementación de un plan de atención sanitaria integral para personas con enfermedades poco frecuentes y anomalías congénitas. Se trata de un proyecto a dos años que apunta a dar la respuesta sanitaria necesaria a este grupo poblacional vulnerable y a sus familias.

Se desarrolló el programa piloto de tratamiento modificador de la enfermedad para pacientes con atrofia muscular espinal (AME) por el que se asegura el abordaje multidisciplinario

del paciente con las medidas de soporte sintomático, psicosociales y de rehabilitación que requiera por parte del BPS a través de Credanecer y el financiamiento del FNR.

Cifras de Enfermedades raras:

- 300 millones de personas viven con una enfermedad rara en todo el mundo.
- Hay más de 6.000 enfermedades raras.
- El 80 % de las enfermedades raras son de origen genético.
- Alrededor del 70 % empiezan en la infancia (3/4 del total).

Los desafíos que enfrentan las personas con enfermedades raras son comunes a todos, más allá de la afectación particular que cada uno padezca de forma aislada.

AMAR Uruguay - Grupo de padres y madres de niños con malformación anorrectal en Uruguay.

En el mundo, el último día del mes de febrero se conmemora el "Día de las Enfermedades Poco Frecuentes o Raras" (EPOF). En Uruguay, para muchas familias esta es una fecha muy especial porque nos invita a visibilizar ciertas patologías muy poco o nada conocidas con las cuales conviven muchas familias uruguayas.

AMAR Uruguay es un grupo de padres y madres que se han unido para acompañarse y ayudarse en el proceso de cirugías y tratamien-

to de una MAR, así como acompañarse en la convivencia con dicha condición a lo largo de la vida. Una MAR es una patología congénita que implica una mal formación anorrectal (del ano y/o recto), cada caso puede ser muy diferente al otro ya que las diferentes MAR pueden incluir diferentes afecciones como ano imperforado, fístulas de diferentes complejidades y otras problemáticas asociadas como problemas óseos como agenesia de sacro o médula anclada, problemas en los riñones, vejiga, etc. Según los doctores Falco de Torres y Chavarría se estima su incidencia en 1 cada 5000 nacimientos.

Los niños que reciben este diagnóstico atraviesan un proceso de varias cirugías que consisten en mejorar la parte anatómica. Pero en la amplia mayoría de los casos la cirugía no es una solución final ya que estos niños enfrentan diversos desafíos de por vida. Algunos de estos desafíos son la constipación o estreñimiento crónico, rara vez la hipermovilidad intestinal, también el manejo de incontinencia fecal y urinaria. Se hace entonces necesario un abordaje médico interdisciplinario que incluya cirujanos colorrectales pediátricos, urólogos, gastroenterólogos, nutricionistas y psicólogos para que trabajen desde lo bio psico social.

Testimonio:

En el año 2021 nace Bruno y recuerdo que durante el examen neonatal el neonatólogo dice: "tenemos un problema" y así, con la dureza de esas palabras comienza todo. Un viaje de incertidumbre y búsqueda continua de información, un viaje de manejo de emociones y de aprendizaje forzoso de procedimientos médicos o de enfermería. La cuna del bebé ya no cuenta solo con sonajeros y pañales, se incluyen ahora bolsas y aros para ostomía, talcos y gasas, sondas Foley y otros. Palabras como fístula, cabo distal, estoma, piel periestomal, etc., se hacen parte del día a día. Y así comienza el aprendizaje.

En la constante búsqueda de información nos encontramos con Luciana Pareto, madre argentina quién luego de sufrir una experiencia difícil con su hijo decide grabar videos en YouTube explicando los procedimientos, procesos, y situaciones que los padres podríamos enfrentar junto con una MAR, asimismo, ella

comienza un grupo de WhatsApp de padres que comparten sus experiencias y se apoyan. Así en el 2021 nos conocemos una serie de mamás uruguayas y comenzamos con AMAR Uruguay. La idea es acompañarnos y asesorarnos.

Si hay algo que hemos aprendido diferentes mamás de Uruguay es que no es lo mismo si un niño con MAR nace en Montevideo o en el interior del país; si nació en el 2021 o anterior, o si nace hoy 2025. Las realidades y las condiciones son diferentes, el acceso a los profesionales específicamente formados en esta EPOF es diferente.

Por eso convocamos a reflexionar sobre las implicancias médicas, familiares y sociales que tiene una enfermedad poco frecuente para una familia uruguaya, e invitamos a aquellas familias con un diagnóstico de MAR, a que se acerquen y conversemos.

Podes encontrar nuestras redes en Facebook: <https://facebook.com/groups/427634792759217/>

Anna Porley (mamá de Bruno)



Jornada Día Mundial del Riñón



¿TUS RIÑONES ESTÁN BIEN?

Foto: Campaña 2025 worldkidneyday.org

El 13 de marzo de 2025 se realizó jornada de conmemoración del “Día mundial del riñón” en el HCFFAA con el equipo de nefrología, licenciadas en nutrición y estudiantes del curso de AEI de la ESFFAA.

En el vestíbulo de entrada a policlínicas por Avenida Centenario se dispusieron estaciones de control de peso, talla e índice de masa corporal, control de signos vitales, a cargo del Dpto. de Nutrición y Dietética junto a estudiantes y licenciados de enfermería de la ESFFAA. La Dra. Marisa Pinato, especialista en nefrología y su equipo, realizaron una exposición educativa para los usuarios presentes, donde también se entregó folletería.



Foto: Exposición de la Dra. Marisa Pinato



Foto: Entrega de Folletería



Foto: Equipo educando a los usuarios presentes

8 Recomendaciones para cuidar tu salud renal

1- Mantén una hidratación adecuada



- Beber suficiente agua es fundamental para el funcionamiento de los riñones.
- El agua ayuda a eliminar las toxinas del cuerpo y evita la formación de cálculos renales.

2- Controla tu presión arterial



- La hipertensión es una de las principales causas de enfermedades renales.
- Controlar la presión arterial ayuda a prevenir daños a los riñones.

3- Sigue una alimentación equilibrada y mantente en un peso adecuado



- Una dieta rica en, frutas, verduras, granos enteros, proteínas incluyendo las de origen vegetal, baja en sal y grasas saturadas es clave.
- Evitar el exceso de alimentos procesados o altos en sodio.
- Consulta con tu nutricionista, podrá guiarte y armarte un plan individualizado.

4- Evita el consumo de tabaco



- Fumar afecta negativamente la circulación sanguínea y daña los vasos sanguíneos de los riñones.
- Puede empeorar las enfermedades renales existentes.
- Si eres fumador/a, busca apoyo para dejarlo.

5- Mantente físicamente activo



- El ejercicio ayuda a controlar el peso, la presión arterial y los niveles de azúcar en sangre.
- La actividad física regular reduce el riesgo de enfermedades renales. Realiza al menos 30 minutos de ejercicio moderado, como caminar, cinco días a la semana o adecúalos de acuerdo a tus posibilidades, (siempre hay algún tipo de ejercicio que se puede hacer).

6- Controla tus niveles de azúcar en sangre



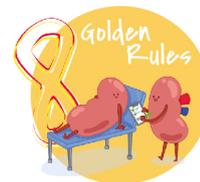
- La diabetes es otra de las principales causas de insuficiencia renal.
- Mantener el azúcar en sangre en niveles saludables ayuda a prevenir daños renales. Si tienes diabetes, sigue el tratamiento indicado por tu médico y por tu nutricionista.

7- No abuses de los medicamentos



- El uso excesivo de medicamentos como los antiinflamatorios no esteroides (AINES) puede dañar los riñones. Sigue siempre las indicaciones de tu médico y no te automediques.

8- Hazte chequeos médicos periódicos



- Es importante realizar exámenes regulares para detectar cualquier problema renal a tiempo.
- Muchas condiciones, como la hipertensión, la obesidad y la diabetes, pueden afectar los riñones desde muy temprano.

Chequéate también si tienes antecedentes familiares de enfermedades renales.

Ministerio de Salud Pública

Hito en La lucha contra El Dengue y otras enfermedades transmitidas por mosquitos.

Fotografía del 26 de diciembre 2024 de mosquitos (*Aedes Aegypti*) en el laboratorio del Departamento de Parasitología y Micología del Instituto de Higiene de la Facultad de Medicina de la Universidad de la República en Montevideo (Uruguay). EFE/ Sofía Torres



Características y diferencial de la infección por Dengue, Zika y Chikungunya
La mayoría de las personas que contraen Dengue no tiene síntomas. Cuando aparecen suelen ser fiebre alta, dolor de cabeza, náuseas y erupciones en la piel. Como no hay un tratamiento específico para el Dengue, para los casos leves en tratamiento domiciliario, lo habitual es aliviar el dolor. Deben evitarse los antiinflamatorios no esteroideos (AINE) como el ibuprofeno y la Aspirina porque aumentan el riesgo de hemorragia.

En la mayor parte de los casos la persona se cura en una o dos semanas, pero a veces la enfermedad se agrava y requiere hospitalización. Placa con información sobre realización de diagnóstico. Para poder distinguir si se está transitando un cuadro de dengue grave o no, es necesario estar atento a los síntomas. A su vez, el Dengue tiene el mismo vector trasmisor que el Chikungunya y el Zika, el mosquito *Aedes Aegypti*, y son enfermedades que tienen síntomas similares entre sí.

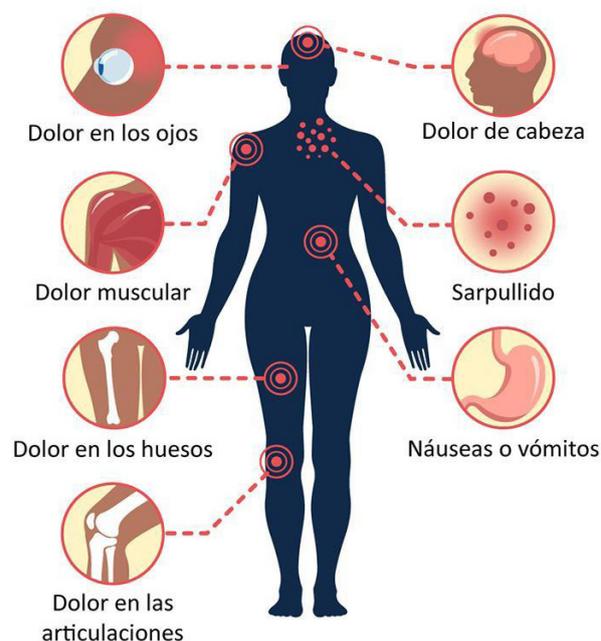
Cuando aparecen síntomas, lo que sucede entre cuatro y diez días después de la infección, duran de dos a siete días. Pueden ser: fiebre elevada (40 °C), dolor de cabeza muy intenso, dolor retroocular, dolores musculares y articulares, náuseas, vómitos, hinchazón de ganglios linfáticos y sarpullido. Las personas que se infectan por segunda vez corren más riesgo de que la enfermedad se agrave y generalmente, los síntomas del Dengue grave suelen presentarse cuando desaparece la fiebre.

Los síntomas que implican la posibilidad de agravamiento de un cuadro de Dengue son: el dolor abdominal que se presenta de forma progresiva hasta ser continuo o sostenido e intenso y al final de una primera etapa febril;

el trastorno del sensorio que provoca irritabilidad, somnolencia y letargo; el sangrado de mucosas como gingivorragia (en las encías), epistaxis (sangrado nasal), sangrado vaginal no asociado a la menstruación o sangrado menstrual mayor del habitual y hematuria (sangre en la orina).

El Chikungunya se transmite a través de la picadura de mosquitos *Aedes Aegypti* y el *Aedes Albopictus*. Desde 2004 los brotes de fiebre Chikungunya han ido aumentando en frecuencia y extensión. Hasta ahora se ha detectado la presencia del virus Chikungunya en más de 110 países de Asia, África, Europa y las Américas.

Síntomas del dengue



No se dispone de una vacuna ni de un medicamento específico contra el virus actualmente, pero a diferencia de lo que ocurre con el Dengue, solo se puede contraer Chikungunya una vez, luego se desarrollan los anticuerpos que, de acuerdo con la evidencia disponible hasta el momento, confieren inmunidad de por vida. En pacientes sintomáticos, la fiebre Chikungunya suele comenzar entre cuatro y ocho días después de la picadura de un mosquito infectado (intervalo que puede oscilar entre dos y 12 días). La enfermedad se caracteriza por la aparición súbita de fiebre generalmente acompañada de fuertes dolores articulares que suelen ser debilitantes y desaparecer en pocos días, aunque también pueden prolongarse durante semanas, meses o incluso años. Otros signos y síntomas frecuentes son: inflamación de las articulaciones, dolores musculares, cefalea, náuseas, cansancio y erupciones cutáneas.

El hecho de que estos síntomas coincidan con los de otras infecciones, sobre todo las causadas por los virus del Dengue y de Zika, puede inducir un diagnóstico erróneo de los casos. En ausencia de dolores articulares de consideración, las personas infectadas presentan en general síntomas leves y la infección puede pasar inadvertida.

La mayoría de los pacientes se recuperan completamente de la infección, pero ocasionalmente se han descrito casos de complicaciones oculares, cardíacas o neurológicas a consecuencia de la Chikungunya. Los pacientes de muy corta o de muy avanzada edad presentan mayor riesgo de sufrir un cuadro clínico grave. Los recién nacidos que resultan infectados durante el parto y las personas mayores con dolencias preexistentes pueden enfermar de gravedad, con lo que la fiebre Chikungunya puede elevar el riesgo de muerte.

La mejor protección consiste en evitar la picadura de mosquitos para no contraer la infección durante la primera semana de enfermedad para que el virus no se transmita a un nuevo mosquito que a su vez pueda infectar a otras personas.

El pasado 2 de diciembre, Uruguay alcanzó un nuevo hito en la lucha contra el Dengue y otras enfermedades transmitidas por mosquitos. El Instituto de Higiene, en convenio con el Mi-

nisterio de Salud Pública, recibió un irradiador de última generación, donado por el Organismo Internacional de Energía Atómica de Naciones Unidas.



Foto: Facebook de MSP



Elevador lleva caja de madera por explanada del edificio del Instituto de Higiene

Este equipo revolucionario permite esterilizar grandes cantidades de mosquitos macho. Una vez liberados en la naturaleza, estos se aparean con las hembras, pero sus huevos no eclosionan, reduciendo gradualmente la población y, con ello, la transmisión de enfermedades como Dengue, Zika y Chikungunya.

El irradiador de rayos X cumple con los más altos estándares internacionales de seguridad, garantizando un uso eficaz y sin riesgos. Este proyecto, inédito en nuestro país, posiciona a Uruguay como un referente en la investigación y el control de vectores.

2 de abril: Día Mundial de Concientización sobre el Autismo



Foto: Campaña 2025 diamundialautismo.com

El 2 de abril se celebra el “Día mundial de concientización sobre el Autismo”, decretado por las Naciones Unidas. En este día se reconocen y celebran los derechos de las personas con autismo y se trata de promover la búsqueda de herramientas que colaboren con la mejora de su calidad de vida, promoviendo el desarrollo de acciones que impacten en su bienestar.

El TEA (Trastorno del Espectro Autista) afecta el desarrollo general desde el nacimiento en áreas como la comunicación, aprendizaje, interacción social y autonomía de las personas diagnosticadas, manifestándose en una diversidad de síntomas que varían de un niño a otro, por lo que no existe un único tratamiento y las estrategias de abordaje dependerán de cada individuo y de las posibilidades de su familia y entorno.

¿Sabías por qué se usa un cordón con imágenes de girasoles?

El cordón indica que quien lo utiliza tiene una condición o discapacidad no visible, como Alzheimer, TDAH, autismo, trastornos de ansiedad, entre otros.

Su uso es voluntario e indica que dicha persona puede requerir atención preferencial.



Foto: gub.uy/ Intendencia de Florida

Pasatiempo: Resuelve el sudoku

5	3			7				
6			1	9	5			
	9	8					6	
8				6				3
4			8		3			1
7				2				6
	6					2	8	
			4	1	9			5
				8			7	9

Solución

5	3	4	6	7	8	9	1	2
6	7	2	1	9	5	3	4	8
1	9	8	3	4	2	5	6	7
8	5	9	7	6	1	4	2	3
4	2	6	8	5	3	7	9	1
7	1	3	9	2	4	8	5	6
9	6	1	5	3	7	2	8	4
2	8	7	4	1	9	6	3	5
3	4	5	2	8	6	1	7	9

Escuela de Sanidad de las Fuerzas Armadas
Educación para la Salud
Año 14 – Revista N° 80 – Marzo- Abril 2025
REVISTA DE DISTRIBUCIÓN GRATUITA