

## Ultimas noticias mundiales de Julio 2023

### Medición correcta del grado de obesidad de una población

Se ha demostrado que el índice de masa corporal (IMC) subestima el grado de obesidad de la población. Por ejemplo, en Estados Unidos el doble de adultos tiene obesidad según la evaluación de su volumen de grasa mediante un escáner DEXA, en comparación con la medición del índice de masa corporal (IMC). El IMC por sí solo no debería ser el indicador predeterminado para la obesidad, debe usarse junto a otras medidas como grasa visceral, índice de adiposidad corporal, masa grasa relativa, factores genéticos, etc.

*Leer más...*

[https://www.medscape.com/viewarticle/993366?ecd=wnl\\_tp10\\_daily\\_230620\\_MSCPEDIT\\_etid5549987&uac=421345MN&impID=5549987](https://www.medscape.com/viewarticle/993366?ecd=wnl_tp10_daily_230620_MSCPEDIT_etid5549987&uac=421345MN&impID=5549987)

### Siestas y salud cerebral

Un grupo de investigadores señalan que las siestas diarias ayudan a preservar la salud cerebral. Las personas que tienen mayor predisposición genética a tomar siestas, también tienen un ligero aumento de la masa cerebral. Aunque se necesitan más trabajos, datos y estudios que lo demuestren, se ha visto un menor deterioro cognitivo en las personas que toman siestas regulares. Deben ampliarse las investigaciones.

*Leer más...*

[https://www.medscape.com/viewarticle/993489?ecd=wnl\\_tp10\\_daily\\_230622\\_MSCPEDIT\\_etid5557877&uac=421345MN&impID=5557877](https://www.medscape.com/viewarticle/993489?ecd=wnl_tp10_daily_230622_MSCPEDIT_etid5557877&uac=421345MN&impID=5557877)

## **Rol de padres y madres en la lactancia infantil y el sueño seguro**

Los padres deben amamantar y dormir a sus bebés de manera segura; esto podría prevenir el síndrome de muerte súbita del lactante. Los pediatras recomiendan amamantar durante al menos los primeros 6 meses de vida de un niño. Son pocos los padres que usan las tres prácticas recomendadas de acostar al bebé boca arriba, usar una superficie aprobada para dormir, como una cuna o un moisés, y evitar la ropa de cama blanda. Muchas familias no reciben el asesoramiento o el apoyo para amamantar con éxito o dormir adecuadamente a sus niños.

*Leer más...*

[https://www.medscape.com/s/viewarticle/993353?ecd=WNL\\_mdpls\\_230620\\_mscpedit\\_peds\\_etid5548484&uac=421345MN&spon=9&impID=5548484](https://www.medscape.com/s/viewarticle/993353?ecd=WNL_mdpls_230620_mscpedit_peds_etid5548484&uac=421345MN&spon=9&impID=5548484)

## **Consumo de alimentos procesados y enfermedades asociadas**

Cada vez hay más pruebas de que el aumento del consumo de alimentos ultraprocesados está relacionado con la diabetes de tipo 2 y el hígado graso. Se espera un aumento del 56% de las personas que padecen hígado graso en los próximos 10 años. Las causas más comunes incluyen exceso de peso, obesidad, causas genéticas, resistencia a la insulina o diabetes tipo 2, niveles anormales de triglicéridos y colesterol.

El remedio más certero es la pérdida de peso lograda a través de dietas saludables y actividad física. Deben aumentarse las medidas educativas y políticas de difusión para ayudar a reducir el consumo de alimentos procesados mejorando la salud en general de la población.

*Leer más...*

[https://www.medscape.com/viewarticle/992944?ecd=mkm\\_ret\\_230625\\_mscp\\_mrk-OUS\\_GenMarketing\\_etid5535942&uac=421345MN&impID=5535942&faf=1](https://www.medscape.com/viewarticle/992944?ecd=mkm_ret_230625_mscp_mrk-OUS_GenMarketing_etid5535942&uac=421345MN&impID=5535942&faf=1)

## **Infecciones estreptocópicas postpandemia**

Durante la pandemia de COVID-19, las bacterias estreptocócicas del grupo A que causan enfermedades leves como faringitis estreptocócica y escarlatina se habían reducido. Estas bacterias también pueden causar enfermedades más graves, como fascitis necrotizante y síndrome de shock tóxico estreptocócico. Luego, en 2022, volvieron a surgir con fuerza. Suelen afectar a personas que tienen otro virus u otras enfermedades previas, por lo que tienen que estar atentas a dolores de cabeza, fiebre o malestar.

*Leer más...*

[https://www.medscape.com/s/viewarticle/993514?ecd=wnl\\_tp10\\_daily\\_230625\\_MSCPEDIT\\_etid5561847&uac=421345MN&impID=5561847](https://www.medscape.com/s/viewarticle/993514?ecd=wnl_tp10_daily_230625_MSCPEDIT_etid5561847&uac=421345MN&impID=5561847)

## **Efectos cognitivos de la actividad física y el buen dormir**

La actividad física tiene un efecto protector contra el deterioro cognitivo relacionado con la edad. La enfermedad de Alzheimer y las demencias relacionadas fueron las principales causas de disfunción cognitiva y discapacidad en los adultos mayores. Hacer poca actividad física y dormir poco, aumentan la probabilidad de atravesar alguna de ellas. Es importante considerar el sueño y la actividad como un conjunto de actividades a realizar para nuestra salud.

*Leer más...*

[https://www.medscape.co.uk/viewarticle/poor-sleep-lessens-cognitive-benefits-physical-activity-2023a1000f12?ecd=wnl\\_tp10\\_daily\\_230710\\_MSCPEDIT\\_etid5623627&uac=421345MN&impID=5623627&ss0=true](https://www.medscape.co.uk/viewarticle/poor-sleep-lessens-cognitive-benefits-physical-activity-2023a1000f12?ecd=wnl_tp10_daily_230710_MSCPEDIT_etid5623627&uac=421345MN&impID=5623627&ss0=true)

## **Agonistas orales de GLP-1 en el tratamiento de la obesidad**

Son conocidos los resultados positivos del uso de agonistas de GLP-1 (fármaco para tratar la diabetes). Se están proponiendo nuevas alternativas más accesibles desde lo económico y de la posología de los

medicamentos que se utilizan para tratar la diabetes y la obesidad. La semaglutida oral tiene efectos positivos, pero debe tomarse con el estómago vacío, al menos 30 minutos antes de cualquier otro alimento, bebida o medicamento, y con no más de 120 ml de agua para maximizar la absorción y la biodisponibilidad. En cambio, el orforglipron también tiene buenos resultados, pero es de uso oral diario normal. Se espera que a futuro se produzcan y distribuyan en masa medicamentos orales y sostenibles en todos los sistemas de salud.

*Leer más...*

[https://www.medscape.com/viewarticle/993984?ecd=WNL\\_mdpls\\_230711\\_mscpedit\\_peds\\_etid5626173&uac=421345MN&spon=9&impID=5626173](https://www.medscape.com/viewarticle/993984?ecd=WNL_mdpls_230711_mscpedit_peds_etid5626173&uac=421345MN&spon=9&impID=5626173)

## **¿La vacunación contra el COVID-19 altera el ciclo menstrual?**

La vacuna del COVID-19 podría tener efectos a corto plazo en el ciclo menstrual, retrasando el inicio de la siguiente menstruación. Sin embargo, podría deberse a fallas en el muestreo y ser solo un error de estudio. Por lo tanto, el efecto informado de la vacunación podría explicarse por un muestreo sesgado por la duración y podría no reflejar ningún efecto real sobre el ciclo menstrual. Esos datos merecen volver a analizarse, con el ajuste adecuado para el sesgo de longitud.

*Leer más...*

[https://www.medscape.com/s/viewarticle/992984?ecd=WNL\\_mdpls\\_230711\\_mscpedit\\_peds\\_etid5626173&uac=421345MN&spon=9&impID=5626173](https://www.medscape.com/s/viewarticle/992984?ecd=WNL_mdpls_230711_mscpedit_peds_etid5626173&uac=421345MN&spon=9&impID=5626173)

## **Patrones normales de defecación en niños**

Un grupo de investigadores encontró que existe una transición en la consistencia de las heces y la frecuencia de defecación, que va de la mano con el aumento en la edad de los niños. Esto se debe al tipo de alimentación, frecuencia, desarrollo de microbiota, tiempo de vaciado gástrico y desarrollo gastrointestinal. Los niños pequeños por ejemplo tienen el reflejo gastrocólico que luego se va a una edad mayor. Entonces se observó que las heces aumentan su dureza y disminuyen en frecuencia a medida que aumenta la edad de los niños. Se propone



extender la recopilación de datos al respecto y así poder ampliar las investigaciones.

*Leer más...*

[https://www.jpeds.com/article/S0022-3476\(23\)00412-2/fulltext](https://www.jpeds.com/article/S0022-3476(23)00412-2/fulltext)