



elheraldico.hn

Para evitar el glaucoma

Investigaciones señalan que beber té pudiera reducir el riesgo de padecer esta afección, propuesta de Leticia Barroso, de La Habana

No existían estudios relacionados con bebidas como café-té y la enfermedad glaucoma; sin embargo, una reciente investigación descubrió que el riesgo de esta afección ocular –común en la población de mayor edad y que puede provocar pérdida de visión–, se comporta a menor escala en personas que beben té caliente a diario.

Según especialistas en oftalmología el glaucoma se caracteriza por daño en el nervio óptico que ocasiona merma parcial o total de la visión. Los factores de riesgo para desarrollar el padecimiento incluyen edad, historial médico de diabetes, obesidad e hipertensión.

Por otra parte, el consumo de café se ha asociado de alguna manera al riesgo de desarrollar glaucoma, debido al aumento de la presión arterial intraocular; no obstante, resultados investigativos posteriores evocaron conclusiones mezcladas.

La mayoría de los sondeos que abordan el vínculo entre estas bebidas y el riesgo de mayor presión intraocular se refieren a muestras de poblaciones pequeñas, y por lo tanto no concluyentes.

Pero, un equipo de científicos de la Universidad Brown en Providence, Rhode Island y la Universidad de California en Los Ángeles, EE. UU., decidieron comparar el consumo de varios líquidos: té caliente, descafeinado, té helado, café y refrescos, con el riesgo de deterioro en el nervio óptico. "El objetivo de este



nutricionistas.com

El té caliente revela una relación con el glaucoma.

Consumir té ayuda a cuidar la salud.

estudio es examinar la asociación entre el consumo de diversas bebidas con cafeína y descafeinadas y el glaucoma", aclaran los autores.

Los investigadores analizaron los datos obtenidos de una encuesta de salud y nutrición que utilizó variedad de herramientas, entre ellas la entrevista, exámenes físicos, muestras de sangre, así como una prueba ocular, con el propósito de facilitar una imagen detallada del bienestar de la población examinada. Como parte de la evaluación, los participantes fueron interrogados sobre hábitos y frecuencias de ingesta de estas bebidas, lo que reveló que el consumo de té caliente todos los días representa un porcentaje menor de riesgo de desarrollar glaucoma en comparación con personas que no lo consumen o quizá lo hacen de manera esporádica.

Para certificar coherencia en los resultados, también se verificaron posibles factores de confusión, como antecedentes de diabetes y hábitos de tabaquismo. No se encontraron vínculos entre glaucoma y cualquier otro tipo de bebida, incluido café con cafeína o sin ella. De cualquier manera, se trata de un estudio observacional, por lo que habría que tomar los resultados con mesura.

Igualmente se debe aclarar que hubo limitaciones en la investigación, como la escasa cantidad de participantes con la afección ocular. Asimismo, los autores del estudio señalan en el artículo: "el té contiene fitoquímicos y flavonoides –tipos de compuestos químicos activos que se encuentran en las plantas–, que tienen propiedades antiinflamatorias, anticancerígenas, antioxidantes y neuroprotectoras asociadas con la prevención de enfermedades cardiovasculares, cáncer y diabetes".

Consecuentemente, se sugiere que no es exagerado considerar que el consumo de té podría tener efectos metabólicos protectores. "Se necesita más investigación para establecer la importancia de estos hallazgos y si el consumo de té caliente puede desempeñar un papel en la prevención del glaucoma", finaliza Connie Wu, líder del trabajo.



Petofilia

¿En qué consiste?,
propuesta de Alianet Moro,
de Ciego de Ávila

LAS personas con un excesivo apego a los animales (mascotas) con consecuencias negativas para ellas o para quienes les rodean, sufren trastorno de petofilia.

Puede ser el caso –que se ve con mucha frecuencia– del vecino, conocido, que se le ha extraviado su perro o gato y ofrece una cantidad de dinero excesiva al que se lo encuentre y lo devuelva a su hogar, amén de que no olvidamos la relación intensa de amor incondicional por nuestras mascotas y de todo lo que somos capaces de hacer por ellas. Asimismo pasa con la cantidad de fotos y vídeos que inundan las redes sociales de gatitos, perros y otros animales, a veces alojados hasta en hoteles con menús característicos e, incluso, peluquería.

Los entendidos en el tema creen que quienes caen en la petofilia pueden que anden algo decepcionados de sus congéneres y decidan refugiarse en ese amor ilimitado y sin problemas que solo pueden ofrecerles sus animales. En otras ocasiones, el vínculo se crea por la sensación de protección que proporcionan, por ejemplo, los perros.

El periodista norteamericano Jon Katz, uno de los expertos que más ha escrito sobre tal comportamiento, recuerda que, como cualquier lazo sentimental, el cariño a los animales pasa a ser un problema cuando se convierte en adicción. Lo que se evalúa a la hora de distinguir una relación insana o síntoma preocupante en sí no son

las conductas concretas: gastar dinero necesario en ellos, tratarlos con cariño, consentirlos lo preciso. Nos

hallamos ante un caso de petofilia si el afectado solo siente satisfacción cuando tiene contacto con seres irracionales y se aísla de su entorno, si limita completamente su forma de vivir o si el individuo enganchado a este vínculo anómalo quiere desligarse de él pero se siente incapaz de hacerlo.

Lo cierto es que es un trastorno que va en ascenso. Dicen los investigadores que tratar a un animal como si fuera una persona o un miembro humano de la familia puede llegar a rozar la paranoia. Por supuesto que no es malo ni patológico querer a un animal, atenderlo y mimarlo, pero convertirlos en personas, vestirlos como muñecas o ponerles joyas puede resultar ridículo e innecesario.

No se debe olvidar que personificar la mascota es robarle su verdadera naturaleza y hasta faltarles el respeto. ●

De tiro rápido

• **HERIBERTO BATISTA:** Que fumes también es malo para tu perro. Los riesgos para la salud de un fumador no acaban en sí mismo, sino que van a su entorno cercano, incluidos los animales domésticos. Así lo determina un reciente estudio de un equipo de científicos de la Universidad de Glasgow, Escocia, que evidencia que las mascotas que viven en hogares donde alguien fuma tienen mayores riesgos de salud. Se analizaron niveles de nicotina en la piel de animales domésticos con dueños fumadores y no fumadores. También examinaron los testículos de perros tras la castración con el fin de identificar cualquier signo de daño celular. Los resultados revelaron que los animales, sobre todo los gatos y a continuación los perros, tenían más riesgo de daño celular, de algunos tipos de cáncer y aumento de peso. Los gatos son las mascotas con mayor peligro porque ingieren más humo que los perros debido a su alto nivel de autohigiene, absorben más toxinas del ambiente. La contingencia se reducía cuando los dueños fumaban en terrazas o patios y disminuían la cantidad de humo a la que estaban expuestas las mascotas. Según los expertos, perros



y gatos estarían en situación de mayor peligrosidad, incluso, que los niños, debido a que ellos tienen menor altura y están más propensos a ingerir el humo, o sea, los productos químicos del tabaco presente en alfombras y otras superficies. "Los dueños de mascotas a menudo no piensan en el impacto que el tabaquismo podría tener en sus mascotas. Dejar de fumar por completo es la mejor opción para el futuro bienestar de la salud, tanto suya como de su mascota", explica Clare Knottenbelt, líder del estudio. Entonces propóngase no fumar en demasía o dejar de hacerlo, esta investigación puede ser un incentivo adicional para beneficiar su salud y la de su mascota.